

সোঁখন-খাদ্য-পাক ।

অৰ্থাৎ

খেচৰান্ন, পলান্ন, কালিয়া, কোন্দী, শিক
কাৰাব, কোণ্ডা, কট্লেট, চপ,
ইত্যাদি রন্ধনের নিয়ম ।

প্রথম ভাগ ।

পাক-প্রণালী সম্পাদক

ত্ৰিবিপ্রদান যুথোপাধ্যায় প্ৰণীত ।

১৯৩৮ নং কণ্ঠস্বামী ষ্টীট, বি. বাণার্জি এণ্ড কোং দ্বাৰা
প্ৰকাশিত ।

প্রথম সংস্কৰণ ।

কলিকাতা

বিজ্ঞাপন ।

অতি প্রাচীন কাল হইতে ভারতবর্ষে রক্ষন বিদ্যার সম-
ধিক আদর দেখিতে পাওয়া যায় । অতীত বিদ্যার তায় এদেশে
রক্ষন-বিদ্যারও যে, সমধিক উন্নতি সাধিত হইয়াছিল, তাহার ভূরি
ভূরি প্রমাণ বর্তমান আছে । অতি প্রাচীন সংস্কৃত গ্রন্থে পব-
নাম, খেচরাম, পলান্ন এবং শূল্য মাংসাদির নামোল্লেখ
দেখিতে পাওয়া যায় । ভৌম, দ্রৌপদী এবং অন্তর্গার রক্ষন-
পটুতার পরিচয় কে না অবগত আছেন ? যে দেশে রক্ষন বিদ্যার
এতদূর শ্রীবৃদ্ধি সংসাধিত হইয়াছিল, যে দেশে গৃহে গৃহে অতিথি-
শালার ব্যবস্থা, যে দেশে সহস্রে রক্ষন করিয়া আত্মীয় স্বজনের
তৃপ্তি সাধন করা স্বীকৃত জীবনের চিবন্ত পবিত্র প্রথা, যে দেশে
অন্নদানের তায় পবিত্র ফল আর কোন কার্যে নাই, সে দেশে
একণে দিন দিন রক্ষন বিদ্যার প্রতি অবলাজাতির অশ্রদ্ধা
বর্দ্ধিত হইতেছে, হিন্দুজাতির মধ্যে রক্ষন-প্রথা পবিত্রতা
বিনষ্ট হইতেছে, নাতা, ভগ্নী এবং স্ত্রী প্রভৃতির প্রতি যে ভাব
ভ্রান্ত ছিল তাহা এক্ষণে পাতক ও পাতিকার উপর অর্পিত হই-
তেছে ; স্তবরাং পূর্বের তায় আর গৃহিণীরা রক্ষন-পটুতা প্রকাশ
করিতে সমর্থ হইয়েন না । এদেশে বাহাতে পাক-বিদ্যার পুনর-
ুন্নতি হয়, সেই আশায় “সৌখিন-খাদ্য-পাক” জন-সাধারণে
প্রকাশ করিলাম । এই ক্ষুদ্র পুস্তক দ্বারা রক্ষন-বিদ্যার কিঞ্চিৎ
উন্নতি হইলেই সমুদায় আশাস সফল জ্ঞান করিব ।

উৎসংহারকালে বক্তব্য সমুদায় ইংরাজী রন্ধনপ্রথা এই
 পুস্তকে লিখিত হইলে পুস্তকের আকাব বৃহৎ হইয়া উঠে এবং
 পুস্তক প্রকাশেও বিলম্ব ঘটে ; এই জন্য আপাততঃ প্রথম ভাগ
 "সৌখিন-খাদ্য-পাক" প্রকাশ করিলাম । দ্বিতীয় ভাগে কেবল
 মাত্র ইংরাজী খাদ্য রন্ধনের নিয়ম লিখিত হইবে ।

কলিকাতা }
 ১২৯৬ সাল ।

শ্রীবিপ্রদাস শর্মা ।



সূচী

প্রথম পরিচ্ছেদ ।

বিষয়	পৃষ্ঠা ।
পাক-পাত্র	১
উনান ও জ্বাল	২
আপুষ বা আকুনি	৩
চাউল	৩
ঘৃত ও মাখন	৫
মাংস, মৎস্য ও ডিম	৯
পাক পরিভাষা	১৬
রন্ধনে ব্যবহার্য্য মনলা সমূহের গুণ		২১

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ ।

খেচরান্ন প্রকরণ ।

১। খেচরান্ন প্রকরণ	২৬
২। মোগলাই খেচরান্ন	২৭
৩। ভুনি খিচুড়ী	৩৪
৪। গুজরাটী খিচুড়ী	৩৬
৫। আন্দানি খিচুড়ী	৩৯
৬। কলাইগুটির খিচুড়ী	৪২
৭। আক্‌গানি খিচুড়ী	৪৫
৮। গোল আলুর খিচুড়ী	৪৬
৯। ছাবলি খেচরান্ন	৫০

১০। ঝাঁজিরী খেচরান	৫১
১১। থাপ্লা খেচরান	২
১২। সহজ খেচরান	৪
১৩। ইংরাজী ধরণে ভুনি-খিচুড়ী	৫
১৪। কাঁচা মটরের ভুনি খিচুড়ী...	৫৭
১৫। জরদ খিচুড়ী	৫৭
১৬। দাঁউদখানি খেচরান	৫৭
১৭। মোকশ্বব খেচরান	৫৯
১৮। কট্‌খেচরান	৬০

তৃতীয় পরিচ্ছেদ।

পলান্ন প্রকরণ।

১। পলান্ন প্রকরণ	৬১
২। পলান্ন বা পোলাও	৬৩
৩। ইছদী পোলাও	৬৬
৪। মৎস্তের পোলাও	৬৯
৫। সুপক্ক আন্নের বিষ্ণুভোগ	৭২
৬। সাদা পোলাও	৭৬
৭। আনারসের পোলাও	৭৮
৮। কমলা লেবুর পোলাও	৮০
৯। ছুন্দের কাশীরি পোলাও	৮২
১০। ছানার নিরানিষ পোলাও	৮৫
১১। দধি পলান্ন	৮৭
১২। সহজ হেমাল্ল	৮৯

১৩। তেঁতুলের পোলাও	৯২
১৪। আনারসের পোলাও (দ্বিতীয় প্রকরণ)	৯৪
১৫। হিন্দুস্থানী মাহী পোলাও	৯৬
১৬। শেঁচরপলান্ন	৯৮
১৭। মাংসের পোলাও	৯৯
১৮। চাইনিজ পলান্ন	১০১
১৯। কমলান্ন	১০২
২০। লোকমা পোলাও	১০৪
২১। হাবসি পলান্ন	১০৬
২২। থামা পলান্ন	১০৮
২৩। পীতবর্ণের পোলাও	১০৯
২৪। ছগ্নপলান্ন (প্রকাবাত্তব)	১১১
২৫। পুরীপলান্ন	১১২
২৬। চমুকান্ন	১১৩
২৭। চোলাও	১১৫
২৮। বিবিয়ানী	১১৬
২৯। মিষ্টপাকে পীতবর্ণ অন্ন	১১৭
৩০। খয়ববী জৈববিবিয়ান	১১৯
৩১। নুরমহলি জৈববিবিয়ান	১২০
৩২। মৎস্তান্ন	১২২
৩৩। বাটা মসুরের পোলাও	১২৩
৩৪। নুবান্নি পলান্ন	১২৬
৩৫। কুমাকুখর পলান্ন	১২৭

৩৬। মৌসব্বাং পোলাও	১২৮
৩৭। জররী পোলাও	১২৯
৩৮। কমা পোলাও	১৩১
৩৯। কাবুলি পোলাও	১৩২
৪০। কেরমানি পোলাও	১৩৩
৪১। কসেলি পোলাও	১৩৪
৪২। এখ্‌নি পোলাও	১৩৫
৪৩। রসাদা পলাম	১৩৮
৪৪। পাভিলেবুর পোলাও	১৩৯
৪৫। নরগেসি পোলাও	১৪০
৪৬। দম্পোক্ত পোলাও	১৪২
৪৭। গৌধুম পোলাও	১৪৩
৪৮। ভহোলি পোলাও	১৪৪
৪৯। মিঠা পাকৈ পৌলিও	১৪৫
৫০। খোবাসানি	১৪৬
৫১। ননোহর খয়বরি	১৪৭
৫২। বেগুণের পোলাও	১৪৮
৫৩। নাগরঙ্গ পোলাও	১৫০

চতুর্থ পরিচ্ছেদ।

কালিয়া প্রকরণ।

১। কালিয়া প্রকরণ	১৫২
২। ছানার কালিয়া	১৫৩

৩। হাইদ্রাবাদী কালিয়া	১৫৬
৪। রোহিত মৎস্তের প্রলেহ	১৫৭
৫। মালাই চিকেন্ কারি	১৬২
৬। বাগ্‌দা চিংড়ির মালাই কারি	১৬৪
৭। রোহিত মাচেব ইংলিস্ কারি	১৬৪
৮। ডিম্বেব কারি	১৬৫
৯। পাঠা বা ভেড়ার কোপ্তা কারি	১৬৬
১০। বড় চিংড়ির কোপ্তা কারি...	১৬৭
১১। মাংসের অন্নমধুব শুক প্রলেহ	১৬৮
১২। ডিম্বেব প্রলেহ	১৬৯
১৩। অন্নমধুব মৎস্ত পাক	১৭০
১৪। নারাক প্রলেহ	১৭১

পঞ্চম পরিচ্ছেদ ।

কোম্বা প্রকরণ ।

১। কোম্বা প্রকরণ	১৭৩
২। সোণলাই মিঠা কোম্বা	১৭৩
৩। মাংসের মিষ্ট তন্ন	১৭৭
৪। ডিম্বেব কোম্বা	১৭৮
৫। গোলআলু অথবা মুখি-কচুর কোম্বা	১৮৫
৬। মৎস্তের মৌল	১৮০

ষষ্ঠ পরিচ্ছেদ ।

কোপ্তা ও কাবাবাদি প্রকরণ ।

১। আলুর কোপ্তা	১৮২
----------------	-----	-----	-----

২। হোসেন্সী কাবাব	১৮৬
৩। মাচের কোস্তা	১৮৯
৪। ইটালিয়ান মাংস গোলক	১৯২
৫। গোলআলুব ফ্রেকবল	১৯৪
৬। পটলের মোগলাই গোপতান	১৯৫
৭। তপস্তা মাচের ইংলিস ফ্রাই	১৯৮
৮। মাংসেব কোস্তা	২০১
৯। মাংসেব গুল কাবাব	২০৩
১০। কাবাব মির্জাফা	২০৪
১১। ডিমের নেপালী কাবাব	২০৬
১২। ফুলকপি বোষ্ট	২০৮
১৩। মটন চপ্ সহজ পদ্ধতি	২০৯
১৪। কাঁকড়া ফ্রাই	২১৪
১৫। মৎস্ত ও মাংসেব শিক	২১৬
১৬। মাংসেব ইহুদী কাবাব বা কফল	২২০
১৭। তপস্তা মাচের ইহুদী লবাদান	২২২
১৮। কোস্তা মাহী	২২৬
১৯। মৎস্তের সুরজাহানী কাবাব	২২৯
২০। ডিমের কট্লেট	২৩১
২১। মাদ্রাজী কবাব	২৩২
২২। কাবাব শানি	২৩৪
২৩। কাবাব গুল জার	২৩৫
২৪। মাচের কাবাব	২৩৭
২৫। মাংসের বচুবি	২৩৮
২৬। কাবাব টাকা	২৩৯
২৭। পক্ষী কাবাব	২৪০

শ্রীযুক্ত বাবু বিপ্রদাস মুখোপাধ্যায় প্রণীত পুস্তক সমূহের মূল্যের তালিকা ।

শাক-প্রণালী ।—১ম, ২য়, ৩য়, ৪র্থ খণ্ড । প্রত্যেক খণ্ডের
মূল্য ৮০ করিয়া ; এবং প্রতি খণ্ডের ডাকমাণ্ডল ১০ এক
আনা হিسابে । এই চারি খণ্ডে পৃথিবীর বাবতীয় সভ্য-
জাতির রন্ধনের নিয়ম লিখিত হইরাছে । ইহা বঙ্গালী
ভাষায় এক সম্পূর্ণ নূতন ব্যাপার ।

রন্ধন-শিক্ষা ।—১মভাগ ; মূল্য ৮০ তিন আনা । ডাকমাণ্ডল অর্দ্ধ
আনা । ইহাতে শাক, সুত্ত হইতে পরমান পর্য্যন্ত বাঙ্গালীর
নিত্য ব্যবহার্য্য খাদ্য প্রস্তুত প্রণালী লিখিত হইরাছে ।

মিষ্টান্ন-পাক ।—১ম ভাগ ; মূল্য ৮০ বার আনা । ডাক-
মাণ্ডল অর্দ্ধ আনা । ইহাতে দদি, দুগ্ধ, ক্ষীর, সর, রাবড়ি,
স্বত-পাক অর্থাৎ লুচি, কচুরি, পাণ্ডুড়, মিঠাই, মতিচূর,
নিখুন্দি, খাজা, গজা, অমৃতি, জিলাপী, পাস্তোরা, ছানা-
বড়া ; সন্দেশ, ববকি, মোহনভোগ প্রভৃতি মিষ্টদ্রব্য
প্রস্তুত করিবার সহজ নিয়ম শিক্ষা করা যায় ।

মিষ্টান্ন-পাক ।—২য়ভাগ ; মূল্য ৮০ আট আনা ; ডাকমাণ্ডল অর্দ্ধ-
আনা । ইহাতে পায়স, পিষ্টক, মোরঝা, আচার এবং
চাটনি প্রভৃতি প্রস্তুত করিবার সহজ উপায় বিবৃত আছে ।

সৌখিন-খাদ্য-পাক ।—১ম ভাগ ; মূল্য ১১০ পাঁচসিকা ; ডাক-
মাণ্ডল ১০ এক আনা । পোলাও, কালিয়া, কোন্দী
শিক, কংকন, কোপ্তা, কারি, কুট্লেট্ এবং চপ্ ইত্যাদি
প্রস্তুত করিবার সহজ উপায় এই পুস্তক পাঠে জানা যায় ।

এমন কি গৃহলক্ষ্মীরা স্বহস্তে রন্ধন করিয়া আত্মীয় স্বজনের
তৃপ্তি-সাধন করিতে পারিবেন।

পাঠ্য-রন্ধন।—মূল্য ১০ আট আনা; ডাকমাণ্ডল অর্দ্ধ আনা;
কবিরাজি, ডাক্তারি এবং হোমিওপ্যাথিক মতে পথ্য
রাঁধিবার নিয়ম শিক্ষা এই পুস্তক পাঠে হয়।

গৃহস্থালী।—মূল্য ১০ পঁচসিকা; ডাকমাণ্ডল ১/০ এক আনা।
গৃহীর জ্ঞাতব্য বিষয় অর্থাৎ সাধারণ স্বাস্থ্যবিদ্য, পণ্ড,
পক্ষীর চিকিৎসা, ইট পোড়ান, খিলান, কড়ি কাঠাদি
নির্মাচন, বনিয়াদ, গৃহপরিষ্কার; গাছের কলম, শাক
সবজীর চাষ, এবং বস্ত্রবোত, কালী প্রস্তুত করণ ও নানা
প্রকার মুষ্টিযোগ ইহাতে লিখিত হইয়াছে।

যুবতী বা স্ত্রী-জীবনের আদর্শ।—মূল্য ৮০ বার আনা; ডাকমাণ্ডল
এক আনা। এই পুস্তক বাঙ্গালী ভাষায় সম্পূর্ণ
নূতন। যদি কেহ রমণী-কুসুমের সৌন্দর্য্য অধিক দিন
রাখিতে ইচ্ছা কর; যদি কেহ স্বাস্থ্য-বান্, সুস্থ-কায়,
দীর্ঘ-জীবন পুত্র-রত্ন কামনা কর; যদি কেহ নিজীব,
মৃত-প্রায় বাঙ্গালিজাতির বংশ-গত উন্নতি বাসনা কর;
তবে এই প্রয়োজনীয় পুস্তক একবার পাঠ কর।

যুবক-যুবতী।—১ম ভাগ। মূল্য ২ এক টাকা, ডাক মাণ্ডল ১/০
এক আনা। যদি কেহ আদ্য ঋতু, যৌবন, সহবাস, গর্ভ-
সঞ্চার, গর্ভপাত বা গর্ভশ্রাব, কি উপায়ে সম্ভাবন সস্ত্রী হয়;
গর্ভে পুত্র, কন্যা এবং নপুংসক নিষ্করণ, ত্রুটিষ্ট সম্ভাবনের
পরমায়া পরীক্ষা এবং প্রসব করাইবার সহজ উপায়
জানিতে চাও, তবে যুবক-যুবতী পাঠ কর।

সোখিন-খাদ্য-পাক ।

—:0-0:—

প্রথম পরিচ্ছেদ ।

পাক-পাত্র ।

পোলাও, কন্দিয়ান এবং কোন্দা প্রভৃতি উপাদেয় খাদ্য রন্ধন করিবার পক্ষে ডেক্‌চি ব্যবহার করাই প্রশস্ত । ডেক্‌চিতে রন্ধন করিলে অল্প উত্তাপে রন্ধন হইতে পারে । পাক-পাত্র ভাঙ্গিয়া যাওয়ার আশঙ্কা থাকে না । এবং অল্প সময়ে পাক-কার্য সম্পন্ন হইয়া থাকে । মৃত্তিকা পাত্রে রন্ধন করিলে হাঁড়ি ভাঙ্গিবার বিশেষ আশঙ্কা ।

যে ডেক্‌চিতে রন্ধন করা যায় তাহা মধ্যে মধ্যে কলাই করিয়া লওয়া আবশ্যিক ; কারণ কলাই উঠিয়া গেলে, তাহা পাত্রে পাক করিলে খাদ্য দ্রব্য বিষাক্ত হইবার ঝুঁকতর সম্ভব ।

মৃত্তিকা পাত্রে রন্ধন করিতে হইলে তাহা উত্তমরূপে টেক-সই হওয়া আবশ্যিক । আর উহাতে পোলাও প্রভৃতি রাখিতে হইলে অগ্রে জ্বালে পাকাইরা লওয়া উচিত ; অর্থাৎ হাঁড়ির বালি ভাঙ্গিয়া তাহাতে অল্প তৈল কিম্বা ঘৃত দিয়া মুহু জ্বালে

চড়াইতে হইবে। যখন তৈল বা ঘূতের ফেনা অর্থাৎ গাঙ্গা মরিয়া আসিবে, তখন তাহাতে অল্প পরিমাণে জল ঢালিয়া দিবে এবং উহা ফুটিয়া আসিলে জ্বাল হইতে নামাইয়া জ্বল ফেলাইয়া দিলেই হাঁড়ি পাকাইয়া লওয়া হইল।

পাক-পাত্র পরিকৃত হওয়া আবশ্যক ভায়া যেন প্রত্যেক পাচক পাচিকার মনে থাকে।

উনান ও জ্বাল ।

জ্বালের দোষে অনেক সময় পাক-কার্যের ব্যাঘাত জন্মিয়া থাকে। গোলাও প্রভৃতির রন্ধন পক্ষে মৃদু জ্বালই প্রশস্ত। অনেক সময় আবার উনানের দোষে পাক-পাত্রে উত্তমরূপে আঁচ লাগে না। অতএব উনান একপ নিয়মে প্রস্তুত করিয়া আবশ্যক যেন পাক-পাত্রের চতুর্দিকে সমানরূপ উত্তাপ লাগিতে পায়।

পলাশ প্রভৃতি রন্ধনে প্রথমে যেরূপ তীব্র জ্বাল লাগিয়া থাকে, অর্ধ সিদ্ধ হইয়া আসিলে সেরূপ জ্বালের প্রয়োজন হয় না।

পলাশের অন্নগুলি এক ছুট শক্ত থাকিতে থাকিতে উনান হইতে নামাইয়া “দমে” বসাইতে হয়। অর্থাৎ জলস্থ অন্নার পাক-পাত্রের নিম্নে ও উপরিস্থিত ঢাকনিতে স্থিরা রাখিতে হয়।

আপঘৃষ বা আক্‌নি ।

পরিমিত জল মাংস ও মসলাদি দ্বারা সিদ্ধ করিলে সেই জলকে আপঘৃষ বা আক্‌নি कहিয়া থাকে । আক্‌নির দোষ শুণে পোলা ওয়েব আস্বাদন ভাল মন্দ হয় ।

জীরা, মরিচ, লঙ্কা, গোটাধনে, মোরি, ছোট ও বড় ঐলাচ, লবঙ্গ, দাওচিনি, সা-জীরা, সা-মরিচ এবং বুটের দাইল প্রভৃতি মসলা সমূহ এবং মাংস জলে সুসিদ্ধ করিতে হয় । কিন্তু নিরামিষ পলাঙ্গে মাংস ব্যবহার হয় না । উল্লিখিত মসলাদি একত্থানি পরিকার কাপড়ে ঢিলাভাবে বাধিয়া জলসহ সিদ্ধ করিতে হয় । সিদ্ধ করিবার সময় পাক-পাত্রেৰ মুখ ঢাকিয়া রাখা আবশ্যক ; নতুবা মসলার গন্ধ নির্গত হইয়া যায় । অবিকৰ্ণ জ্বলের পর যখন দেখা যাইবে জলের ঘোবাল লাগুছে বর্ণ হইয়া সোাগন্ধ বাহির হইতেছে, তখন উনান হইতে পাক-পাত্র নামাইয়া পুষ্কর পুট্‌লিটা তুলিয়া ফেলিলে আক্‌নির জল প্রস্তুত হইল । এই জলে পোলাও, খিচুড়ি এবং কালিয়া পাক করিলে অতি উপাদেয় আস্বাদন হইয়া থাকে ।

চাউল ।

সকল প্রকার চাউলে পলায় পাক হয় না । যে সকল চাউল পুরাতন, লম্বা দানা বিশিষ্ট, টেকসই এবং ঘূত টানিতে পারে পলায় পাকের পক্ষে সেই সকল চাউলই উত্তম ।

অনেক সময় চাউলের দোষে পলান্ন নষ্ট হইয়া থাকে । নূতন কিস্তি ভাঙ্গা চাউলে পোলাও রন্ধন করিলে তাহা কাদা কাদা হইয়া থাকে এবং আঁকিয়া যাওয়ার গুরুতর সম্ভব । পলান্ন স্মিদ্ধ অথচ ঝরঝরে অর্থাৎ কাহারও গায়ে বেহ লাগিবে না, এইরূপ পলান্নই উত্তম স্ন্যাদ্য ।*

পলান্নের পক্ষে পেশোয়ারি চাউলই উত্তম । তদ্বাৎবে অন্যান্য প্রকার আতপ চাউলেও হইতে পারে । যদিও সিন্ধু চাউলে পলান্ন পাক করা যায় বটে, কিন্তু তাহা আতপ চাউলের ন্যায় ঘৃত টানিতে পারে না ।

পোলাওয়ের চাউলগুলি উত্তমরূপ ঝাড়িয়া বাঁড়িয়া লওয়া আবশ্যিক । হাতবাঁড়াই করিতে পারিলে আরও ভাল হয় ।

দুই প্রকার নিয়মে পলান্নের চাউল ব্যবহার হইয়া থাকে ; অর্থাৎ এক প্রকার উহা না ধুইয়া ঘৃত অন্ন ভাজিয়া লইতে হয় । দ্বিতীয় প্রকার প্রথমে চাউলগুলি উত্তমরূপ ধোত করিয়া তাহা বাতাসে শুষ্ক করিতে হয় । পরে সেই শুষ্ক চাউলে ঘৃত ও আদাবাটা মাখাইয়া তদ্বারা পোলাও রন্ধন করিতে হয় । এই ধোত চাউলে পোলাও রাঁধিলে অধিক ঘৃত টানিতে পারে না । কখন কখন আবার পূর্বোক্ত দুইটির নিয়ম পরিত্যাগ করিয়া অন্য উপায়েও পলান্ন পাক হইয়া থাকে । অন্ন পাকের নিয়মে উহা অর্দ্ধ সিন্ধু করিয়া মাড় গালিয়া সেই অর্দ্ধ সিন্ধু চাউলেও আবার পোলাও পাক হইয়া

প্রথম পারচ্ছেদ ।

থাকে। মুসলমানদিগের মধ্যে এইরূপ পাক প্রথা সমধিক প্রচলিত। এই প্রকার রন্ধনে অধিক ঘৃত লাগে না।

ঘৃত ও মাখন ।

রন্ধন দ্রব্য সুস্বাদু করিতে হইলে ঘৃত যে, তাহার একটি প্রধান উপকরণ তাহা কাহাকেও বলিয়া দিতে হয় না। ঘৃতের ভালমন্দ গুণাগুণের উপর খাদ্য দ্রব্যেরও উৎকর্ষতা ও অপকর্ষতা নির্ভর করে। এগুলে ইহাও জানা আবশ্যিক যে, মন্দ ঘৃতে রন্ধন করিলে কেবলমাত্র যে, খাদ্য দ্রব্য বিস্বাদ হইয়া থাকে, এরূপ নহে, সেই খাদ্যে স্বাস্থ্যেরও বিশেষ অপকার করিয়া তুলে। খাদ্য দ্রব্য যে, শারীরিক স্বাস্থ্য বক্ষার এক-প্রকার ভিত্তি স্বরূপ তাহা মনে রাখিয়া, উহা প্রস্তুত ও ব্যবহার করা উচিত।

খাদ্যে দুই প্রকার ঘৃত ব্যবহার হইয়া থাকে, অর্গাং গাওয়া ভাঁইসা; তন্মধ্যে গাওয়া অর্গাং গব্য ঘৃতই অতি উপাদেয়। হিন্দু-শাস্ত্রে গব্য ঘৃত অতি পবিত্র একজন্ম উহা দৈব-কার্য্যে ব্যবহৃত হইয়া থাকে।

ভিন্ন ভিন্ন স্বতের আশ্বাদন ও গুণের বিস্তর প্রভেদ দেখিতে পাওয়া যায়। অনেকের মনে একটি ভুল বিশ্বাস দেখিতে পাওয়া যায়, খাদ্য দ্রব্য অধিক পরিমাণে ঘৃত দিয়া রন্ধন করিলেই বুঝি তাহা অতি উপাদেয় হইয়া থাকে, এরূপ বিশ্বাস

যে সম্পূর্ণ তুল, তাহাতে আর কোন সন্দেহ নাই। ঘৃত ও মসলা ভিন্ন যদিও খাদ্য দ্রব্য সুস্বাদু হইতে পাবে না। কিন্তু পাচকের দক্ষতা এবং ঘৃতাদিরও পরিমাণ ঠিক না থাকিলে কখনই তাহা ভাল হয় না। সকল প্রকার খাদ্য দ্রব্য পাক করিতে হইলে ঘৃতের পরিমাণ একরূপ হইলে চলে না।

খাদ্য দ্রব্যের ভিন্ন ভিন্ন বর্ণ করিবার জন্য অনেক সময় দেখিতে পাওয়া যায়, ঘৃতে নানা প্রকার রং ফলান হইয়া থাকে। কোন প্রকার বর্ণ করিতে হইলে কি প্রকার উপায় অবলম্বন করা আবশ্যিক, তাহা এস্থলে লিখিত হইল।

এক সের পরিমিত ঘৃত জ্বালে বসাইয়া দাগ করিয়া লইলে,* পরে তাহাতে আট আনা জাফরাণ দিয়া মৃদু তাপে নাড়িতে থাকিবে। ঘৃতের উত্তম বর্ণ হইলে বিলম্ব না করিয়া নামাইয়া শীতল না হওয়া পর্য্যন্ত অনবরত একটা কাটা বা খুণ্ডি দ্বারা নাড়িতে হইবে।

হরিৎ বর্ণ।—ঘৃতে হরিৎ বর্ণ করিতে হইলে আধ পোয়া^১ পালংশাক বাটিয়া তদ্বারা বড়া প্রস্তুত করিতে হইবে : এখন এক সের পরিমিত ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া দাগ করিয়া তাহাতে

* ঘৃত দাগ করিবার নানা প্রকার নিয়ম দোখতে পাওয়া যায়। ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে লেবুপাতা কিম্বা পান দিয়া জ্বাল দিয়া লইলেও ঘৃতের দাগ করা হয়। ঘৃত জ্বালে রাখিয়া তাহাতে দধি ঢালিয়া দিয়া ফুটাইয়া দাগ হইয়া থাকে।

ঐ বড়াগুলি চালিয়া দিয়া মূহ তাপ দিতে থাক, দোথবে ঘূতের হরিৎবর্ণ রং হইয়াছে। অনন্তর তাহা নামাইয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লইলেই হইল।

লোহিত বর্ণ।—এক পোয়া পরিমাণে কনকা নটে শাক বাটিয়া এক সেব পরিমিত ঘূতে ফেপণ করিয়া উপরোক্ত উপায়ে প্রস্তুত করিলে ঘূতের বর্ণ লাল হইবে।

বাদামী বর্ণ।—আট আনা জাফরাণ, এক তোলা নারিকেল এক সঙ্গে উত্তমরূপ বাটিয়া তাহাতে একটা লেবুর পাতা (কিছা কাগজি) রস মিশাইয়া বড়া প্রস্তুত করিবে। এদিকে ঘূত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে ঐ বড়া নিক্ষেপ করিয়া মূহ তাপ দিতে থাকিবে, দেখিবে ঘূতের উত্তম বাদামী বর্ণ হইয়াছে।

অনেক সময় দেখিতে পাওয়া যায়, ব্যবসায়ীগণ ক্রেতাদিগকে প্রতারণা করিবার জন্ত পুরাতন কিছা মন্দ ঘূত দাণ করিয়া এবং রং ফলাইয়া বিক্রয় করিয়া থাকে। এজন্য ঘূত খরিদ করিবার সময় কেবলমাত্র ঘূতের রং এবং গন্ধ পরীক্ষা না করিয়া উহার আশ্বাদন লওয়া উচিত। সচরাচর তিন প্রকার পরীক্ষায় ঘূত নির্বাচিত হইয়া থাকে প্রথম রং, দ্বিতীয় গন্ধ, তৃতীয় আশ্বাদন।

অন্যান্য পরীক্ষা অপেক্ষা মন্থে মাখন জ্বলাইয়া লইতে পারিলেই আর কোন সন্দেহ থাকে না। মাখন জ্বলাইবার সময় নরম পাক থাকিলে, যে ঘূত প্রস্তুত হয়, সেই ঘূত অধিক দিন রাখিলে তাহাতে দুর্গন্ধ হইয়া থাকে। একটু কড়া পাবের

মোখিন-খাদ্য-পাক ।

ঘুত অধিক দিন রাখিলেও কোন হানি হয় না । ” ঘুত অধিক কড়াও আবার ভাল নহে ।

অল্পে আহাৰ করিতে হইলে টাটকা ঘুতই ভাল । ঘুত খারাপ হইলে রন্ধনে ব্যবহার করিবার পূর্বে দাগ করিয়া লওয়া ভাল ।

মাখন ও দুধের সর জ্বলাইয়া ঘুত প্রস্তুত হইয়া থাকে । কিন্তু আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, দুধের সরে যে ঘুত প্রস্তুত হয়, তাহাতে যেমন সুগন্ধ সঞ্চার হইয়া থাকে, অল্প ঘুতে সেরূপ হয় না ।

মাংসাদি খাদ্য দ্রব্যে অধিক পরিমাণে ঘুত ব্যবহার করিলে উহা গুরু-পাক হইয়া থাকে । গুরু-পাক খাদ্য সকলের সহ্য হয় না । বিশেষতঃ স্নানাদিগের উদরের পীড়া আছে, তাহাদিগের পক্ষে গুরু-পাক দ্রব্য বিষবৎ পরিত্যাগ করা উচিত ।

ঘুত দ্বারা রন্ধন করিলে সেই খাদ্য যে অতি উপাদেয় হইয়া থাকে, তাহা বলা বাহুল্য । বোধ হয় এই জন্যই পণ্ডিতেরা ঘুত-হীন ভোজন ভোজনের মধ্যেই গণ্য করেন নাই । প্রকৃতি-ভেদে এবং ঋতুভেদে ঘুত ব্যবহারের ব্যবস্থা করা উচিত ।

দুগ্ধ বা দধি মধ্বন করিয়া যে ঘুতের ভাগ পাওয়া যায় তাহা কেই নবনীত বা মাখন বলে । মাখন তুলিয়া উত্তমরূপে ধুইয়া ও ফেটাইয়া লওয়া কর্তব্য । তাহা হইলে উহা টাটকা থাকে এক্ষণে বিশ্বাস হয় না । মাখন টাটকা রাখিবার জন্য উহাতে লবণ ও নিশান হইয়া থাকে । বাতাস না লাগে, এরূপ করিয়া কোন

পাত্র মধ্যে রাখিয়া দিলেও মাখন টাটকা থাকে ; উপরে প্রত্যহ পরিষ্কার জল ঢালিয়া রাখিলেও মাখন টাটকা থাকিবে ।

বাসি, বিষাদ, দুর্গন্ধ বা উত্তপ্ত মাখন অজীর্ণ ও অস্বাস্থ্য রোগে অথাদ্য ; থাইলে আমাশয় উৎপাদন করিবে । মাখন বিগুন্ধ কিনা দৃষ্ট, আশ্বাদ ও গন্ধ দ্বারা তাহা অনায়াসেই জানিতে পারা যায় । বিগুন্ধ মাখনের বর্ণ উজ্জ্বল পীত । মাখনে একখানি পরিষ্কার ছুরি শীঘ্র চালাইলে যদি ডোবার মত দেখা যায়, তাহা হইলে জানিবে যে, তাহাতে অন্য দ্রব্য মিশ্রান হইয়াছে । বিগুন্ধ মাখন ডিহ্বায় দিলে সহজেই গলিয়া যাইবে এবং বেশ মোলাম বোধ হইবে । মাখনের সুগন্ধ অধিক দিন থাকে । সুতরাং মাখন ভাল কি মন্দ গন্ধ দ্বারা তাহা ততদূর ঠিক করিয়া জানা যায় না ।

মাংস, মৎস্য ও ডিম্ব ।

মাংস আহার করিয়া শাবিরীক পুষ্টি-সাধন করা যার কারণ পশুর দেহের পুষ্টি-কর ভাগ প্রায় মানব দেহের পুষ্টি-কর ভাগের সমান । উদ্ভিদ অপেক্ষা মাংস সহজে জীর্ণ হয় ।

পশু শাবকের মাংস বৃদ্ধ পশুর মাংস অপেক্ষা কোমল ; কিন্তু বৃদ্ধ পশুর মাংস অপেক্ষা সহজে জীর্ণ হয় না, যুব পশুর মাংসই অধিক পুষ্টি-কর এবং পশু শাবকের মাংস অপেক্ষাও অধিক সুস্বাদু ও সুগন্ধি । বৃদ্ধ পশুর মাংস পুষ্টি-কর বটে ; কিন্তু প্রায়ই

অত্যন্ত শক্ত, ও পশুশাবক বা যে সকল পশুকে বায়স্বার আহার করান যায়, তাহাদিগের মাংসে অধিক জল ও চর্কি হইয়া থাকে : কিন্তু অধিক বয়স্ক পশু এবং যে সকল পশুকে রীতিমত আহার দেওয়া যায়, তাহাদিগের মাংসে ততদূর জল ও চর্কি থাকে না ; এবং এই মাংস অধিক আটাল ও সুস্বাদু হয় । কচি মাংস অধিক নরম হইতে পারে ; কিন্তু পাকা মাংসের মত পুষ্টি-কর নহে । এই জন্যই যুব পশুর মাংসই আহারের বিশেষ উপযোগী ; কারণ ইহা সুগন্ধি ও সুস্বাদু এবং সহজে জীর্ণ হইয়া থাকে । পুং পশুর মাংস অপেক্ষা স্ত্রীপশুর মাংস অধিক কোমল ; ইহার দানাও অধিক সূক্ষ্ম ; সহরাচর ছাগ মেঘাদি পশুদিগকে খাসী করিলে বড় ছোট পুষ্টি হইয়া থাকে ; ইহার মাংস অধিক কোমল এবং পুং বা স্ত্রীপশুর মাংস অপেক্ষা আহারের বিশেষ উপযোগী ।

যখন পশুদিগের পাল লইবার সময় উপস্থিত হয়, তখন তাহাদিগের মাংস আহারের উপযোগী নহে । যে পশু গৃহ পালিত ও রীতিমত আহার প্রাপ্ত, তাহার অপেক্ষা বন্য পশুর মাংসে অল্প চর্কি থাকে, কিন্তু ইহা তাদৃশ সুগন্ধি ও সুস্বাদু নহে । বস্তুতঃ আহারের গুণে মাংসের গুণেরও তারতম্য হইয়া থাকে ।

বলিদান বা জবাই করা পশুর-মাংস কম পুষ্টি-কর বটে কিন্তু অধিক সুগন্ধি ও সুস্বাদু ।

গীড়িত বা উগ্র ঔষধাদিতে ডুবান মাংস মারাত্মক ।

উত্তম মাংস পরীক্ষা ;—(১) ইহার বর্ণ ফেকাসিা লাল বা ঘোর বেগুনিয়া হইবে না । মাংস ফেকাসিয়া লালবর্ণের হইলেই জানিবে যে, পণ্ডর কোন না কোন রোগ ছিল । আর বেগুনিয়া হইলেই জানিবে যে, সে পণ্ডকে বলিদান বা জ্বাই করা হয় নাই ; অথবা উহা অত্যন্ত জ্বর রোগে মারা পড়িয়াছে ।

(২) উত্তম মাংসের উপরিভাগ দেখিতে খেত বর্ণের হইবে ।

(৩) উত্তম মাংস শক্ত এবং হাত দিলেই রববের তায় বোধ হইবে ; আঙুলে জল লাগিবে না ।

(৪) উত্তম মাংসে স্বাভাবিক এক প্রকার কুচি-কর গন্ধ থাকে ।

(৫) দুই এক দিন রাখিয়া দিলে উত্তম মাংস আর্দ্র হইবে না ; এবং উহা হইতে জলও সরিবে না । বরং উহার উপরিভাগ শুষ্ক হইয়া আসিবে ।

(৬) রন্ধন করিলে উত্তম মাংস অধিক কমিবে না এবং চিমসিয়াও যাইবে না ।

লোনা মাংস অনেক কারণে আহারের উপযোগী নহে ।

মাংসের মধ্যে ছাগ ও মেষ মাংস অধিক প্রচলিত । মেষ মাংসের স্থপ, ক্ষীণ দেহীর পক্ষে বিশেষ উপকারী । তবে মেষ মাংসে চর্কি অধিক, এই জন্য অগ্রে উহার চর্কি উঠাইয়া ফেলিয়া দেওয়া কর্তব্য । রোগী ক্রমশঃ আরোগ্য লাভ করিতে থাকিলে মেষমাংসের বড়া তাঁহার পক্ষে বিশেষ উপযোগী । মেষ শাবকের মাংসের আটা কম, তেজ কম, পুষ্টি-কর শক্তিও কম, কিন্তু

শীঘ্র জীর্ণ হইয়া থাকে । পশু হত্যার ভিন্ন ভিন্ন প্রকার অনুসারে মাংসের গুণেরও তারতম্য হইয়া থাকে ।

হরিণমাংস সুগন্ধি । ইহা সহজেই জীর্ণ হয় ; সুতরাং উদরাময়গ্রস্ত ব্যক্তির পক্ষে বিশেষ উপযোগী ; রোগী যখন আরোগ্য লাভ করিতে থাকে, তখন তাহার পক্ষেও এই মাংস উপকারক । কিন্তু বাসী হরিণমাংস বা যে হরিণ হত্যা করিবার অনেকক্ষণ পরে যে মাংস রন্ধন করা হয়, তাহাতে আমাশয় রোগ উৎপাদন করে ।

মেঘ ও ছাগ শাবকের মেটিয়া ভাজা অতি সুখাদ্য ও সুগন্ধি । কিন্তু বাহার পাক শক্তি অল্প, তাহার পক্ষে উপযোগী নহে । জিব, ফুস্‌ফুস ও কলিজা পুষ্টি-কর বটে, কিন্তু রোগীর পক্ষে অনুপযোগী ।

নানা প্রকার পক্ষীর মাংসও মনুষ্যের আহারোপযোগী ; বিশেষতঃ রোগীর পক্ষে পক্ষীমাংস বিশেষ উপকারী । পক্ষীর সকল অঙ্গ নির্ঝিল্লি আহার করা যায় । গৃহপালিত কুক্কট মাংস মৃদু সুগন্ধি ও কোমল, মৃদুবীৰ্য্য এবং অতি সহজেই জীর্ণ হইয়া থাকে । সুতরাং বাহাদিগের পাক-শক্তি অল্প, তাহাদিগের পক্ষে ইহা বিশেষ উপযোগী ।

বন্য কুক্কটের মাংস শক্ত ও উগ্রগন্ধী । পীড়িত ও অজীর্ণ রোগীর পক্ষে ইহা উপযোগী নহে ।

হংস মাংস শক্ত, গুরু-পাক এবং তীব্রগন্ধী । ইহা রোগীর দ্বারভাষা নহে ।

বন্য-পক্ষী-মাংস গৃহ-পালিত পক্ষীর মাংস অপেক্ষা সুগন্ধি, সুস্বাদু, বল-কারক ও কোমল। ইহা সহজেই জীর্ণ হইয়া থাকে। অতএব বাহাদিগের পাক-শক্তি অল্প, তাহাদিগের পক্ষে ইহা বিশেষ উপযোগী।

পায়রা ও ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র পক্ষীর মাংস স্বভাবতঃ কোমল ও সুস্বাদু। বাঁহারা আরোগ্য লাভ করিতেছেন, তাঁহারা এই মাংস নির্বিঘ্নে আহার করিতে পারেন।

টাটকা মংস্ত্র অতি সুখাদ্য। অনেকে বলিয়া থাকেন যে, মংস্ত্র পুষ্টি-কর নহে; কিন্তু সে তাঁহাদিগের ভ্রম। মংস্ত্র আহারে মাংসাহারের মত ক্ষুধা নিবৃত্তি করিতে পারে না এবং মংস্ত্র অল্পক্ষণের মধ্যে জীর্ণ হইয়া যায়, এই জন্যই বোধ হয়, ঐরূপ ভ্রম হইয়া থাকে। বস্তুতঃ মংস্ত্র বিলক্ষণ পুষ্টি-কর। অনেক বিজ্ঞ চিকিৎসক বলিয়াছেন যে, মংস্ত্র, বিশেষ বল-কারক ও স্বাস্থ্য-কর। ইহাতে সূক্ষ্ম উৎপাদন শক্তি বিলক্ষণ বৃদ্ধি করিয়া থাকে। বিশেষতঃ ক্ষুদ্র জাতী স্বেতবর্ণের (ইলিস প্রভৃতি ২৪টি ভিন্ন) মংস্ত্র, মাংসের মত উষ্ণ নহে। ইহাতে তাদৃশ চর্কিও নাই এবং ইহা সহজেই জীর্ণ হইয়া থাকে। স্মৃতরাং সর্ব প্রকার রোগীর পক্ষে মংস্ত্রই উপযোগী। বাহাদিগের মস্তিষ্ক ও শিমা সকল ক্ষীণ হইয়াছে, তাহাদিগের পক্ষে মংস্ত্র বিশেষ উপকারক।

ডিম্ভ ছাড়িবার পূর্বেই মংস্ত্রের গুণ অধিক হইয়া থাকে। ক্ষুদ্র মংস্ত্র সর্বত্র অবস্থায় আহার করা যাইতে পারে। সমুদ্রকুল

বা খাড়ীর মংস্য অপেক্ষা গভীর সমুদ্রের মংস্য উৎকৃষ্ট। মিঠা জলের মংস্যের মধ্যে ডোবা বা পক্ষিল পুকুরিণী কি বিলের মংস্য অপেক্ষা গভীর স্বচ্ছ জলাশয়ের মংস্যও উৎকৃষ্ট। যে জলাশয়ের তলায় বালী বা কঁকর থাকে, সেই জলাশয়ের মংস্যই উত্তম।

যে মংস্য শক্ত অর্থাৎ টিপিলে নত হয় না, সেই মংস্যই টাটকা। মাংসের ঝোলের যে গুণ, মংস্যের ঝোলেরও প্রায় সেই সকল গুণ আছে।

ঝিণুক ব্যতীত যে সকল মংস্য বা জলজন্তুর খোলা আছে, সে সকল অত্যাশ্রয় মংস্যের ন্যায় সহজে জীর্ণ হয় না ; বাহাদিগের পাক-শক্তি অল্প তাহাদিগের আহাৰ্য্য নহে।

গল্দাচিঙ্‌ড়ী ও কাঁকড়া যেমন পুষ্টিকর ও তেমনই রসনা তৃপ্তকর বটে। কিন্তু বাহাদিগের পাক-শক্তি ক্ষীণ, তাহাদিগের পাক উপযোগী নহে। সুতরাং পুষ্টিকর ব্যক্তি গল্দাচিঙ্‌ড়ী ও কাঁকড়া আহাৰ্য্য করিবেন না। অধিক কি, অনেক সুস্থ ব্যক্তিও ছিঁকী প্রভৃতি জারকে ভিজান গল্দাচিঙ্‌ড়ী বা কাঁকড়া খাইয়া হজম করিতে পারেন না।

ছোট চিঙ্‌ড়ী এবং গুগলি প্রভৃতি গল্দা ও কাঁকড়া অপেক্ষা সহজে জীর্ণ হইয়া যায় ; কিন্তু রোগীর আহাৰ্য্য নহে।

কচ্ছপের স্থপ অতি সুখাদ্য ও সুস্বাদু। সুময়ে সময়ে অল্প পরিমাণে আহাৰ্য্য করিলে ইহাতে রোগীর বল বৃদ্ধি করে।

ঝিণুক বল-কারক। বাহাদিগের পাক-শক্তি ক্ষীণ, তাহারাও

সহজে কিছুক হজম করিতে পারে। বৈশাখ হইতে আশ্বিন পর্য্যন্ত কিছুকের গুণ অধিক দেখা যায়।

অজীর্ণ, কাস ও আমাশয় রোগে কিছুক ও ছোট ছোট হুগ্‌লী বিশেষ উপকারক। পোয়াতী জ্বীলোক বা ধাই যদি কিছুক আহাৰ করেন, তাহা হইলে তাঁহাদিগের নিজের শরীর সবল হয় এবং স্তন দুগ্ধেরও গুণ বৃদ্ধি হয়।

ক্ষুদ্রজাতীয় শশক মাংস কতকটা গৃহপালিত পক্ষীমাংসের মত। উহা পুষ্টি-কারক এবং সহজেই জীর্ণ হইয়া থাকে। বৃদ্ধ শশকের মাংস সহজে জীর্ণ হয় না; সুতরাং উহা রোগীর আহাৰ্য্য নহে।

ডিম্ব ও মনুষ্যের খাদ্য। যদি খোলা সমেত থাওয়া যাইত, তাহা হইলে, দেহ-বৃদ্ধি ও রক্ষার জন্য বাহ্যিক কিছু আবশ্যক, ডিম্ব সমুদায়ই পাওয়া যাইত। কাঁচা বা অর্দ্ধ সিদ্ধ অবস্থায় থাইলে ডিম্বের খেত প্রাগ, আর পূরা সিদ্ধ অবস্থায় থাইলে পীতভাগ সহজে জীর্ণ হয়। ফলতঃ কাঁচা বা অর্দ্ধ সিদ্ধ ডিম্বই সহজে হজম হইয়া থাকে। একটা টাটকা ডিম্ব এক বা দেড় পোয়া দুগ্ধে ঢালিয়া উত্তমরূপে ফেটাইয়া লইলে, উৎকৃষ্ট পুষ্টি-কর আহাৰ প্রস্তুত হয়। রোগীর পক্ষেও এই খাদ্য বিলক্ষণ উপকারী। ইহাতে একটু চিনি ও গন্ধ দ্রব্য মিলিয়া লইলে, আনন্দ আরও বৃদ্ধি হয়। কিন্তু মদ্য মিশ্রিত করা উচিত নহে।

পুরাতন ডিম্বের গুণের অন্যথা হইয়া থাকে। ডিম্ব টাটকা কি পুরাতন পরীক্ষা করিতে হইলে, এক তোলা আন্দাজ

লবণ এক গোয়া আন্দাজ জলে মিশাইয়া ডিম্বটা উহাতে ফেলিয়া দিবে। ডিম্ব টাটকা হইলে ডুবিয়া যাইবে আর খারাপ হইলে ভাসিতে থাকিবে। আলোকে ধরিয়াও ডিম্ব টাটকা কি বাসী পরীক্ষা করা যাইতে পারে! টাটকা হইলে উহা দ্বিতর বেশ পরিষ্কার আর বাসী হইলে ঘোলা দেখাইবে।

আরও এক পরীক্ষা টাটকা ডিম্বের মধ্য ভাগ পরিষ্কার : বিস্তৃত বাসী ডিম্বের উপরিভাগ পরিষ্কার। ডিম টাটকা রাখিবার অনেক উপায় করা হয়, কিন্তু ফল তেমন হয় না। কেহ কেহ গরম জলে একবার ডুবাইয়া রাখিয়া দেয়, কেহ কেহ চূণের জলে ডুবাইয়া রাখে, কেহ কেহ তুষ বা লবণের মধ্যে রাখিয়া দেয়; কেহ বেহ উপরে মেমের লেপ দেয়; কেহ কেহ তৈলাদিতে ভিজাইয়া রাখে।

মুরগীর ডিম অপেক্ষা হাঁসের ডিম বড়। হাঁসের ডিমের গন্ধও কিছু অধিক কড়া। আর মুরগীর ডিম অপেক্ষা হাঁসের ডিমে সিকিভাগ সার ও তৈল অধিক আছে।

পাক পরিভাষা ।

গোলমরিচ জলে ভিজাইয়া অথবা সিদ্ধ করিয়া হস্ত দ্বারা দলিলে পরিষ্কার হইয়া থাকে। তাহাকেই মরিচ কহে।

আস্ত ধনিয়া দুই প্রহর জলে ভিজাইয়া পরে জল ছাঁকিয়া তৃপ্ত বালিতে ভাজিয়া হস্ত দ্বারা দলন করতঃ পরিষ্কার করিলে তাহাকে ধনিয়া কহে।

রন্ধন বিশেষে ধনে জলে না ভিজাইয়া কড়া অথবা হাতায় গরম করিয়া লওয়া হইয়া থাকে ।

এলাচ বলিলে ছোট বা গুজরাটি এলাচ বুঝিতে হইবে ।

গন্ধ দ্রব্য বা গন্ধ মসলা শব্দে সমপরিমাণ এলাচ দারুচিনি মিশ্র বুঝিতে হইবে ।

সিকিভাগ লক্ষা পুঙ্খোক্ত মরিচের সহিত মিশ্রিত করিলে এই মিশ্র পদার্থকেও মরিচ বুঝিতে হইবে ।

হিঙ এক তোলা, আদা দুই তোলা, মরিচ চারি তোলা, জীরা আট তোলা, হরিদ্রা মোল তোলা, ধনে বত্রিশ তোলা, এই দ্রব্য সমূহ যথাক্রমে দ্বিগুণ করিয়া মিশাইলে তাহাকে বেষাবাব কহে ।

পেষিত বেষাবাব পরিমিত জলে গুলিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লইলে যে জল হয় তাহাকে কাশমর্দ কহে ।

তৈল কিম্বা ঘৃতে ~~পেষাবাব~~ ভাজিয়া লইলে সেই তৈল বা ঘৃতকে করাল কহে ।

এক আনা এলাচ, দুই আনা লবঙ্গ, দুই আনা দারুচিনি, আধ রতি কপূর, এক রোয়া কস্তুরী এবং সাড়ে চারি আনা মরিচ লিখিত দ্রব্যগুলির চূর্ণ একত্রিত করিলে তাহাকে উদ্ধূলন কহে ।

পাকের সময় কোন মসলাদির বিশেষরূপ উল্লেখ না করিয়া কেবলমাত্র নাম বলিলে উহা বাটা বা চূর্ণ বুঝিতে হইবে ।

শিখা রহিত রন্ধনোপযুক্ত অগ্নিকে তপ্তাদ্ধার বলা যায় ।

জলন্ত নয় এরূপ বহুল অগ্নিবিশিষ্ট উনানের উপরি পাক-পাত্রাদি স্থাপন করিলে তাহাও তপ্তাপার নামে অভিহিত হইতে পারে ।

পনর ঘোল অঙ্গুলি উচ্চ এবং ছই বা আড়াই হাত বেড় ঘুঁটের সজ্জিত স্তূপে আগুণ জ্বালিলে তাহাকে ঘুঁটের পোর কহে ।

একটি হাঁড়িতে আধ হাঁড়ি জল পূরিয়া পরে এক খণ্ড এক পুরু বস্ত্র দ্বারা ঐ হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া ঐ কাপড়ের প্রান্ত-ভাগ হাঁড়ির কাঁধের চারিদিকে যদি এরূপ করিয়া বাধা যায় যে, কাপড়ের মধ্য স্থানে একটি ঝোলা হইয়া হাঁড়ির মধ্যে জ্বলিয়া জল হইতে ছয় সাত অঙ্গুলি উঠে থাকে, তবে তাহাকে বাপ্যস্ত্র কহা যায় ।

কোন দ্রব্য বাপ্যস্ত্রে পাক করিতে হইলে তাহা ঐ বস্ত্রের ধোলেতে স্থাপন করিয়া সরা চাপা দিয়া হাঁড়ির নীচে উত্তাপ দিতে হয় ।

পাক-পাত্রের অন্ন জল দিয়া তাহার উপরে ঘাস বিছাইয়া দ্রব্য স্থাপনের উযুক্ত করিলে ঐ পাক-পাত্রের নাম জলযন্ত্র ।

কোন দ্রব্য ঐ ঘাসের উপর রাখিয়া সরা চাপা দিয়া পরে নীচে তাপ দিতে থাকিলে তাহা জনযন্ত্রে পাক করা হইতেছে কহা যায় ।

জলযন্ত্রের মধ্যস্থ বস্তু তাপে কঠিন হইলে তাহা পাক হই-
য়াছে জানা যায় ।

বালুকা পূর্ণ হাঁড়ির নাম বালুকায়ন্ত্র ।

কোন বস্তু বালুকাযন্ত্রে পাক করিতে হইলে সেই বস্তুর চারিদিকে এক অঙ্গুল পুরু করিয়া মাটির লেপ দিবে। পরে উহা হাড়ির বালির মধ্যে প্রবেশ করাইয়া ও উহার উপরে বালি চাপা দিয়া হাড়ির নীচে উত্তাপ দিবে। মাটির প্রলেপ রক্তবর্ণ হইলে ঐ বস্তু নামাইয়া প্রলেপ তুলিয়া ফেলিবে। এইরূপ পাকের নাম বালুকাযন্ত্রে পাক।

অল্পক্ষণ পাকের পর মাংস হইতে অস্থি যদি অনায়াসে ছাড়িয়া যায়, তবে ঐ মাংস সিদ্ধ কহা যায়।

মাংসপেশী সকল অনায়াসে পরস্পর বিচ্ছিন্ন হইলে ঐ মাংস সুসিদ্ধ হইয়াছে জানিতে হইবে।

মংস্যের সের প্রতি দুই আনা সোহাগা দিয়া মংস্য খণ্ডলি মাখিয়া এক ঘণ্টা ঢাকিয়া রাখিবে। পরে জলে সিদ্ধ করিয়া বলক উঠিলে রাখাল শাঁসার গুঁড়া দিয়া পাঁচ মিনিট পরে নামাইবে। এইরূপে সিদ্ধ হইলে মংস্যের সহিত যে জলভাগ থাকিবে ঐ জলের নাম মংস্যের আথনি।

যে জলে মাংস সিদ্ধ করা হয় সেই জলের নাম মাংসের আথনি।

মাংসের প্রতি এক সেরে ধনে বাটা আড়াই তোলা, লবণ এক তোলা ও ইরিঙ্গা বাটা দুই আনা দিয়া জলে সিদ্ধ করিলে পর যে জল অবশিষ্ট থাকে তাহার নামও মাংসের আথনি।

বিশেষ করিয়া না বলিলে তৈল শব্দে সরিষার তৈল বুঝিবে।

সৌখন-খাদ্য-পাক ।

ঘুঁটের পোরে ছধ জ্বাল দিয়া সেই ছধে দই পাতিবে। চারি প্রহরের পর মাখম বাহির করিয়া অধিতাপে ঘৃত প্রস্তুত করিবে। এই ঘৃত মজিষ্ঠার ত্রায় সূবর্ণ, সূগন্ধি ও সূখাদ্য।

জিনি ও লেবুর রসের পরিমাণ সমান লইবে। প্রকরণ বিশেষে যদি অগ্নাধিক্যের প্রয়োজন হয় তবে সেইখানেই তাহা লিখিত হইবে।

এই গ্রন্থের প্রায় সর্বত্রই প্রধান দ্রব্যের পরিমাণ এক সের গ্রহণ করিয়া তদনুসারে অত্যাশ্র দ্রব্য ও মসলার পরিমাণ লিখিত হইয়াছে। পাচকেরা ইচ্ছানুসারে এই হারে দ্রব্যাদির পরিমাণ বাড়াইতে ও কমাইতে পারেন। ভোক্তার আশ্ব্যদন ও ইচ্ছানুসারে ঝাল ও লবণের কিঞ্চিৎ ইতর বিশেষ করা যায়। পলাণ্ডু ও লগুনাদিও ভোক্তার ইচ্ছানুসারে দেওয়া বা না দেওয়া যাইতে পারে।

কোন দ্রব্য পাকে কি পরিমাণ জল দিতে হয় তাহার একটা সঙ্কেত নিয়ে লিখিত হইল। প্রচলিত পরিমাণ পাক-পাত্রে প্রলেহ করিতে হইলে জলের পরিমাণ ছই সের হইতে পাঁচ সের পর্য্যন্ত ওজনের হইলে মংস্য মাংসের উপর ছই অঙ্গুলি। কচ্ছপ মাংসের উপর তিন অঙ্গুলি। এক বৎসর পর্য্যন্ত বয়স্ক হইলে পক্ষিমাংসের উপর তিন অঙ্গুলি। এক বর্ষ বয়স্ক হইলে ছাগাদি মংস্যের উপর চারি অঙ্গুলি।

রন্ধনে ব্যবহার্য মসলা সমূহের গুণ ।

আমরা যে সকল দ্রব্য আহাৰ করিয়া থাকি, তৎসমুদায়ের গুণাগুণ অবগত হওয়া অতীব আবশ্যক । কারণ খাদ্য দ্রব্যের সহিত আমাদের শারীরিক স্বাস্থ্যের অতি নিকটতর সম্বন্ধ । ভোক্তা যদি জানিতে পারেন এই দ্রব্য তাহার স্বাস্থ্যের সম্পূর্ণ বিবোধী, তবে তিনি অনায়াসেই তাহা ত্যাগ করিয়া আহাৰের ব্যবস্থা করিতে পারেন । ফলতঃ খাদ্য দ্রব্যের গুণাগুণ জ্ঞাত হওয়া প্রত্যেক ব্যক্তির পক্ষে সমান প্রয়োজন । এজন্য এই প্রবন্ধে রন্ধনোপযোগী মসলাদির গুণ লিখিত হইল ।

ছোট এলাচ ।—বৈদ্য-শাস্ত্রে ছোট এলাচের গুণ বহা, রসে কটু, শীতল, লঘু, বাত-নাশক এবং কৃদ, শ্বাস, কাশ, অর্শ ও মূত্ররুদ্ধ প্রভৃতি কতকগুলি রোগে উপকারক বলিয়া অভিহিত হইয়াছে ।

এলোপ্যাথিক ও হোমিওপ্যাথিক মতে ছোটএলাচের গুণ আগ্নেয় ও বায়ু-নাশক ।

বড় এলাচ ।—ইহা রসে ও পাকে কটু, আগ্নেয়, লঘু, কষ, উষ্ণ, স্নেহঘ্ন, পিত্ত-নাশক এবং দূষিত রক্ত, কণ্ডু, শ্বাস, তৃষ্ণা, জ্বলাস, বিষ, বমি, কান, শিরোরোগ, বস্তিরোগ ও মুখ-রোগনাশক ।

দারুচিনি ।—স্বাদ, তিক্ত, বায়ু-নাশক, পিত্তঘ্ন, হরতি শুক্ল এবং মুখশোষ ও তৃষ্ণার শান্তিকারক

এলোপ্যাথিক মতে আগ্নেয়, উত্তেজক, বায়ু-নাশক ও দীপ্য-
সঙ্কোচক । জন্মাণ দেশীয় চিকিৎসকদিগের মতে ইহা জ্বরায়
সঙ্কোচক ।

তেজপাত্র ।—ইহার গুণ মধুর, দীপ্য তীক্ষ্ণ, উষ্ণ,
পিচ্ছিল, লঘু এবং কফ, বাত, অর্শ, হৃন্নাশ, অরুচি ও পীণাস
রোগের উপশমক ।

কঙ্কুম বা জাফরাণ—কটু, স্নিগ্ধ, বর্ণের প্রসাদ-কর, তিত্ত,
ত্রিদোষঘ্ন এবং শিরঃপীড়া, ব্রণ, দেহস্থ কীট, বমি ও ব্যঙ্গ নামক
রোগের শাস্তি-কারক ।

এলোপ্যাথিক মতে উত্তেজক এবং বায়ু-নাশক ।

লবঙ্গ ।—কটু, তিত্ত, লঘু, চক্ষের হিত-কর, শীতল,
দীপন, পাচন রুচি-কর এবং কফ, পিত্ত ও দূষিত রক্তের শাস্তি-
কারক । লবঙ্গ সেবনে তৃষ্ণা, জ্বৰ্দি, আধান ও শূলরোগে
প্রতিকারক এবং শ্বাস, কাস, হিক্কা ও ক্ষয়রোগের শাস্তি হয় ।

এলোপ্যাথিক মতে আগ্নেয়, উত্তেজক ও বায়ু-নাশক ।

জৈত্রী ।—লঘু, স্নাছ, কটু, উষ্ণ, রুচি-কর, বর্ণের প্রসাদ-
কর এবং কফ, কাস, বমি, শ্বাস, তৃষ্ণা, ক্রমি ও বিমেয় শাস্তি-
কারক ।

এলোপ্যাথিক মতে আগ্নেয়, উত্তেজক, বায়ু-নাশক ও আক্ষেপ
নিবারক এবং অধিক মাত্রায় মাদক ।

গোলমরিচ ।—কটু রস বিশিষ্ট, তীক্ষ্ণ, দীপন, ককণ

বাত-নাশক, উষ্ণ, পিত্তকারী, কক্ষ এবং শ্বাস, শূল, ও কৃমি-নাশক । আর্জ মরিচ আহারে কটু হইলেও পাকে মধুর, শুষ্ক, দ্রব্য তীক্ষ্ণ গুণবিশিষ্ট ও শ্লেষ্ম প্রসেকী ।

এলোপ্যাথিক মতে অন্ন মাত্রায় আগ্নেয়, বায়ু-নাশক ও উত্তেজক । ইহা দ্বারা ধমনী চঞ্চল হয় এবং চর্মাতির ক্রিয়া বৃদ্ধি হয় । অধিক মাত্রায় পাকাশয় ও অস্ত্র মধ্যে প্রদাহ উপস্থিত করে ।

লঙ্কা । — লঙ্কার গুণ কক্ষত্ব, কচ্যত্ব এবং পিত্তনাশিত্ব ।

এলোপ্যাথিক মতে আগ্নেয়, সেবন করিলে ধমনীর স্পন্দন বৃদ্ধি করে এবং পাকাশয়ে উষ্ণতা জন্মায় । অধিক মাত্রায় পাকাশয়ে প্রদাহ উপস্থিত করে । বাহ্য প্রয়োগে চর্মে উষ্ণতা সাধন করে । জননেন্দ্রিয়ের উপর ইহার উত্তেজন ক্রিয়া প্রকাশ পায় ।

কৃষ্ণজীরা । — জীরা তিন প্রকার অর্থাৎ শুষ্ক, কৃষ্ণ এবং কাল । এই ত্রিবিধ জীরার গুণ এক প্রকার । জীরা কক্ষ, কটু, উষ্ণ, দীপন, লঘু, সংগ্রাহী, পিত্তবর্ধক, মেধা ও দৃষ্টি প্রসাদ-কর, গর্ভাশয়ের শোধনকারী, পাচক, বৃষ্য, কচি-কর, কফঘ্ন এবং জ্বর, ষায়ুজনিত অস্থান, শুষ্ক, ছদ্দি ও অতিসার প্রভৃতি রোগের শাস্তি-কারক ।

মেথী । — বাত ও শ্লেষ্মার শাস্তি-কারক এবং জ্বর-নাশক ।

ধনে । — ধাতুক বা ধনে অত্যন্ত স্নিগ্ধ, অবৃষ্য, মুত্রল, লঘু,

তিক্ত, কটু বীৰ্য্য, দীপন, পাচন, রেচক, গ্রাহী,পাকে স্বাদু, ত্রিদোষঘ্ন এবং তৃষ্ণা, দাহ, বমি, শ্বাস, কাস অর্গ, আম, ক্রমি ইত্যাদি রোগের শাস্তি-কারক । আর্দ্র ধনে পিত্ত-নাশক ।

এলোপ্যাথিক মতে আগ্নেয়, উত্তেজক ও বায়ু-নাশক ।

হিঙ্ ।—উষ্ণ, পাচন, কটি-কর, তীক্ষ্ণ, বাত ও শ্লেষ্মার শাস্তি-কারক, পিত্ত-বর্দ্ধক । হিঙ্ সেবনে শূল, গুল্ম, উদর আনাহ্ন ক্রমি নিবারণ হইয়া থাকে ।

এলোপ্যাথিক মতে দ্বায়বীয় উত্তেজক, আক্ষেপ নিবারক, কফ নিঃসারক, কামোদ্দীপক ও ক্রমি-নাশক । অল্প মাত্রায় সেবন করিলে পক্ষাশয়ের উষ্ণতা বোধ হয় এবং ঘর্ম্ম, প্রস্রাব ও নিশ্বাসে ইহার দুর্গন্ধ নির্গত হইয়া থাকে । উহার কোন উগ্রতা নাই । অধিক মাত্রায় সেবন করিলে শিরঃপীড়া ও শিরোঘর্ষণ উপস্থিত করে ।

রাঁধুনী ।—রাসা, অপাচক, তিক্ত, গুরু, উষ্ণ, কফঘ্ন, বায়ু-নাশক এবং শোথ, শ্বাস, বায়ু রোগ, অর্শ, বাত, শূল, কাস, জ্বর, রোগের শাস্তি-কারক ।

হরিদ্রা ।—হরিদ্রা কেবলমাত্র যে, ব্যঞ্জনের বর্ণের জন্ত ব্যবহৃত হইয়া থাকে একপ নহে । উহার গুণও বিস্তর । হরিদ্রা কটু রস, তিক্ত, কষ্ম, উষ্ণ, কফঘ্ন পিত্ত-নাশক, বর্ণের প্রসাদ-কর এবং চন্দ্ররোগ, নেত্র অম্র, শোথ, পাণ্ডু ও ত্রণের শাস্তি-কারক ।

আদা।—আর্দ্রক বা আদা ব্যাঞ্জনের আদার বৃদ্ধি করে।
আর্দ্রক ভেদী, গুরু, তীক্ষ্ণ, উষ্ণ, দীপন, কক্ষ, বাতঘ্ন ও কফ-
নাশক। ভোজনের পূর্বে লবণ-সংযুক্ত আর্দ্রক ভক্ষণে বিশেষ
উপকার হয়। তদ্বারা অগ্নি-সন্দীপিত হয়, আহারে রুচি জন্মে
এবং জিহ্বা ও কণ্ঠ বিশোধিত হয়। কুষ্ঠ, পাণ্ডু, কৃচ্ছ্র, রক্ত-
পিত্ত, জ্বর ও দাহ প্রভৃতি রোগে এবং গ্রীষ্ম ও শরৎকালে
আর্দ্রক ভক্ষণ হিত-কর।

তিল।—কোন কোন ব্যাঞ্জনে মসলার স্থায় তিলও
ব্যবহার হইয়া থাকে। কৃষ্ণ তিল, রক্ত তিল এবং স্বেত তিল,
তিলের মধ্যে এই কয়টি শ্রেণীভেদ আছে। কৃষ্ণ তিলের গুণ
কটুত্ব, তিক্তত্ব, গুরুত্ব, কফত্ব, পিত্তকারিত্ব, হিমস্পর্শক এবং
স্বস্ত্যর্থক ইহাতে স্তন দুগ্ধ বৃদ্ধি করিয়া থাকে। হিন্দুদিগের
পিতৃশ্রাদ্ধ অর্থাৎ তর্পণাদিতে ইহা অতি প্রশস্ত।

সরিষা।—সকল প্রকার ব্যাঞ্জনে ইহা ব্যবহার হয় না।
বাটা সরিষা ব্যাঞ্জনে এবং আস্ত সরিষা অম্বলাদির সম্বলনে
লাগিয়া থাকে। সরিষা বাটা অধিক হইলে ব্যাঞ্জন আতিক্ত
হয়।

মোরী।—আয়ুর্বেদ মতে মোরীর গুণ রোচকত্ব, গুরু-
কারিত্ব এবং দাহ ও রক্তপিত্ত-নাশকত্ব।

এলোপ্যাথিক মতে উহা আগ্নেয়, উত্তেজক ও বায়ু-নাশক ;
এবং উদরাগ্নাস ও শূলাদি রোগের উপকারক। মোরী দ্বারা
কাশের উগ্রতা দমন হয়।

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ ।

খেচরান প্রকরণ ।

খেচরান বা খেচুড়ী অতি প্রাচীনকাল হইতেই হিন্দু সমাজে প্রচলিত আছে । কোন্ সময় হইতে এবং কাহার দ্বারা যে, এই উপাদেয় খাদ্য প্রস্তুত করিবার উপায় প্রকাশিত হইয়াছে তাহা জানিবার কোন উপায় নাই । খেচুড়ী নানাবিধ ; ভিন্ন ভিন্ন নিয়মে ঐ সকল খিচুড়ী রন্ধন করিতে হয় । কেবল যে রন্ধনের ভিন্নতানুসারে খিচুড়ীর প্রকার ভেদ হইয়া থাকে এরূপ নহে ; ভিন্ন ভিন্ন প্রকারের খিচুড়ীতে ভিন্ন ভিন্ন দ্রব্য ব্যবহারের সহিত রন্ধন প্রণালীরও বিস্তর প্রভেদ দেখা যায় ।

খিচুড়ী যে নানাবিধ তাহা পূর্বেই উল্লিখিত হইয়াছে । ভিন্ন ভিন্ন প্রকারের খিচুড়ীর পৃথক পৃথক আশ্বাদন । মোটের উপর বলিতে গেলে খিচুড়ী অতি সুখাদ্য । খিচুড়ীর একটী বিশেষ সুবিধা এই যে, উহা সহজে প্রস্তুত করা যায় এবং অত্র কোন প্রকার ব্যঞ্জনের সাহায্য না হইলেও অনায়াসেই আহার করা যাইতে পারে । এই খাদ্য অতি গুরু-পাক ও পুষ্টি-কর । নানাবিধ মসলা, ঘৃত এবং চাউল সংযোগে খেচরান গুরু-পাক হইয়া উঠে । বিশেষতঃ উহার মাড় গালিতে হয় না ; সুতরাং উহাতে অধিক পরিমাণে বল-কারক পদার্থ বর্তমান থাকে ।

খেচরান পাকে চাউল ও দাইল অল্প সিদ্ধ হওয়ার পর হই-

তেই উহা পরিয়া বা আঁকিয়া যাইবার বিশেষ সম্ভাবনা থাকে, এজন্য সেই সময় হইতে মুছ জাল দিতে হয় ।

গরম গরম খেচরান আহার করিতে ভাল । শীতল হইলে উহা বিন্যাদ হইয়া থাকে । এজন্য দমে বসাইয়া রাখা আবশ্যক ।

মোগলাই খেচরান ।

এই খিচুড়ী রান্ধিবার নিয়ম এইঃ—যে পরিমাণ দাইল লইবে তাহার নিকি চাউল দিবে অর্থাৎ যদি দাইল এক সের হয়, তবে চাউল এক পোয়া হইবে। আর যে পরিমাণে দাইল হইবে তাহার অর্ধেক ঘৃত লাগিবে। যে সকল দ্রব্য লইয়া পাদ্য দ্রব্য প্রস্তুত করিতে হয়, তৎসমুদায় উত্তমরূপে পরিষ্কার করিয়া লওয়া আবশ্যক। এজন্য চাউল ও দাইল বেশ করিয়া ঝাড়িতে হইবে। আমাদের অপেক্ষা হিন্দুস্থানিদিগের এ বিষয়ে অনেকটা উন্নতি দেখিতে পাওয়া যায়। তাহারা চাউল ও দাইল প্রায় হাত বাছিয়া লইয়া থাকে। আমাদের মধ্যে সেরূপ নিয়ম দেখা যায় না। হিন্দুস্থানিদিগের এইরূপ বাছিয়া লইবার প্রণালীটি যে, অতি উত্তম তাহা কে না স্বীকার করিবেন? এদেশে এই প্রণালীটি প্রচলিত হওয়া অতি আবশ্যক। খিচুড়ীর চাউল ও দাইল ঐরূপে বাছিয়া লইলে ভাল হয়। হাতবাছাই করিবার অসুবিধা হইলে কুলায় করিয়া ভাল ঝাড়িলে চলিতে

পারে। চাউল কিম্বা দাঁইলের ক্ষুদ্র ঝাড়িয়া পুথক করিয়া বাছিয়া না ফেলিলে, তৎসমুদায় জ্বালে গলিয়া গিয়া হাঁড়ির তলায় ধরিয়া যাইতে পারে। অনন্তর চাউল ও দাঁইল ঝাড়া ও বাছার পর বেশ করিয়া অধিক জলে ধুইতে হইবে। অনেক স্থানে যে ধুচনী করিয়া পুষ্করিনী প্রভৃতি জলাশয়ে চাউল ধুইবার রীতি আছে, সেই রীতিটী অতি ভাল; কারণ অধিক জলে ধুইলে অপরিষ্কার-জনক পদার্থ সকল ধুইয়া যায়। জলাশয়ের অভাবে অধিক জল ঢালিয়া দুই তিনবার ধুইলেও চলিতে পারে। চাউল ও দাঁইল ভাল করিয়া ধৌত হইলে তখন বাহাতে তাহা হইতে জল বরিয়া পড়ে, এক্রপভাবে কোন পাত্র রাখিতে হইবে। কলাপাতা, থালা কিম্বা মাটীতে পুথ করিয়া কাপড় পাতিয়া তাহার উপর উহা পাতলা করিয়া ছড়াইয়া দিলেও চলিতে পারে। মধ্যে মধ্যে আবার উহা হাত দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দেওয়া আবশ্যক। নাড়িয়া চাড়িয়া দিলে চাউল ও দাঁইল ওলট পালট হইয়া বাতাসে জল শুকাইয়া ঝড়ঝড়ে হইলেই শুক হইয়াছে মনে করিতে হইবে। আন্দাজ এক ঘণ্টাকাল এক্রপ অবস্থায় রাখিলেই উহা শুক হইতে পারে।

কেহ কেহ মোগলাই খিচুড়ীর চাউল ও দাঁইল এক্রপ করিয়া অর্দো ধৌত করেন না, তাহার অমনি ঝাড়িয়া লইয়া খিচুড়ী রন্ধন করিয়া থাকেন। ফলকথা, যে রকমেই ছউক না কেন পরিস্কার করাই প্রয়োজন। মোগলাই খিচু-

ভীতে যে পরিমাণে চাউল, দাইল এবং ঘৃত লাগিয়া থাকে, পূর্বে তাহা উল্লিখিত হইয়াছে ।

সকল প্রকার চাউল কিম্বা দাইল দ্বারা যে, উত্তমরূপ খিচুড়ী হয় একরূপ নহে । যে সকল চাউল এবং দাইল অধিক পরিমাণে ঘৃত টানিতে পারে তদ্বারাই উত্তম খিচুড়ী হইয়া থাকে । এজন্ত খাঁড়ীমুহুরি, বুট, অড়হর প্রভৃতি দাইল দ্বারা উত্তমরূপ মোগলাই খিচুড়ী হইতে পারে । এ প্রস্তাবে খাঁড়ীমুহুরি দ্বারা খিচুড়ী প্রস্তুতের বিষয়ই লিখিত হইতেছে । চাউলের মধ্যে পেশোয়ারি ও দাদখানি প্রভৃতিই উত্তম ।

চাউল, দাইল ও ঘৃত যেমন প্রধান উপকরণ সেইরূপ আরার কয়েক প্রকার দ্রব্য না হইলে খিচুড়ী কোনক্রমেই ভাল হয় না । এজন্ত ধনে, তেঁজপত্র, লক্ষা, গোলমরিচ, জীরা, হরিদ্রা বা জাফরাণ, লবঙ্গ, আদা, ছোট এলাচ, দারুচিনি, পিয়াজ * লবণ, দধি, চিনি, বাদাম, কিন্‌মিস্, পেস্তা ও মাংস প্রভৃতি লাগিয়া থাকে ।

* বাঁহার পিয়াজ ও রসুন পাপ-জনক খাদ্য মনে করিয়া থাকেন, তাঁহার উহা পরিত্যাগ করিয়া অগ্ন্যাত্ন মসলা দ্বারা রন্ধন করিতে পারেন, তাহাতে কোন হানি হয় না । পিয়াজের একটা গুণ এই যে, অগ্ন্যাত্ন মসলা অল্প হইলেও কোন ক্ষতি হয় না, একা পিয়াজ সকল প্রকার মসলার উপর উঠিয়া বসে । পিয়াজে এক প্রকার আশ্বাদনেরও উৎকর্ষতা সম্পাদন করে । বাঁহার পিয়াজ সংযোগে খিচুড়ী, মাংস কিম্বা পোলাও রন্ধন করিয়া ভক্ষণ করিয়া থাকেন, পিয়াজ ভিন্ন তাঁহাদিগের জিহ্বায় অগ্ন প্রকার মসলা সংযোগে রাখা তরকারী আদৌ ভাল লাগে

যে প্রণালীতে মেগলাই খিচুড়ী রন্ধন করিতে হয়, এক্ষণে তাহা লিখিত হইতেছে। চর্কি রহিত এক সের নাংস ক্ষুদ্র আকারে কুটিরা চারি সের জলের সহিত একটী হাঁড়িতে করিয়া উনানে বসাইয়া মুহূ আল দিতে হইবে। উনানে জল গরম হইতে থাকিবে, তাহাতে ছেঁচা ধনে দুই তোলা, জীরা ছেঁচা এক তোলা, জাফরাণ এক তোলা, জাফরাণের অভাবে বাটা হরিত্রা দুই তোলা দিয়া একখানি সরিষা দ্বারা ঐ হাঁড়ির মুখ বন্ধ করিয়া দিতে হইবে। সরিষার অভাব হইলে অথ কোন পাত্র দ্বারা ঢাকিয়া দিলেও চলিতে পারে। এইরূপ ভাবে হাঁড়ির মুখ বন্ধ করিয়া কিছুকাল জাল দিলে জলের ভাগ কমিয়া আসিবে। যখন দেখা যাইবে এক সের জল কমিয়া

না। রসুন অধিক মাত্রায় ব্যবহার করা উচিত নহে; পিয়াজ ও রসুন অধিক ব্যবহার করিলে মুখে, ঘর্শ্বে এবং মল ও মূত্রে অত্যন্ত দুর্গন্ধ হইয়া থাকে। বোধ হয় এই দুর্গন্ধবশতঃই হিন্দুদিগের মধ্যে উহার ব্যবহার অপ্রচলিত রহিয়াছে। বঙ্গদেশে আজ কাল হিন্দু পরিবারদিগের মধ্যে অধিক পরিমাণে পিয়াজ ব্যবহার হইতে আরম্ভ হইয়াছে, কিন্তু রসুনের ততটা ব্যবহার দেখা যায় না। আবার পশ্চিম প্রদেশে অনেক ক্ষত্রিয় প্রভৃতিকে রসুন ব্যবহার করিতে দেখা যায়, কিন্তু তাঁহারা পিয়াজ ব্যবহার দুষ্টা জ্ঞান করিয়া থাকেন। সে বাহা হউক, বাহারা পিয়াজ ব্যবহার দুষ্টা বিবেচনা না করেন, তাঁহারা উহা দ্বারা রন্ধন করিতে পারেন। আর বাহারা দুষ্টা জ্ঞান করেন, তাঁহারা উহা ত্যাগ করিবেন, কিন্তু তাহাতে আশ্বাদের কিঞ্চিৎ তারতম্য হইয়া উঠিবে।

আসিয়াছে, তখন ছোট এলাচের দানা ছই আনা পরিমাণ, দারুচিনি কুচি কুচি করিয়া চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা ওজনে উহাতে দিয়া পূর্ব্ববৎ হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে এবং যখন আর এক সের জল মরিয়া আসিয়াছে দেখা যাইবে, তখন ঐ হাঁড়িটা উমান হইতে নামাইয়া স্বতন্ত্র স্থানে অন্ততঃ এক ঘণ্টাকাল রাখিতে হইবে। এই সময় হাঁড়ির মুখ খুলিলে সুগন্ধে ঘর আনোদিত হইবে। পাচক ও পাচিকাদিগের মনে রাখা উচিত, হাঁড়ির মুখ যেন ঢাকা থাকে, কারণ মুখ খুলিয়া রাখিলে উহার গন্ধ বাহির হইয়া যায়। পূর্ব্ব গন্ধ বাহির হইলে আহ্বারের সময় উহা উপভোগ করিতে পারা যায় না।

অনন্তর হাঁড়ির জল অল্প শীতল হইয়া আসিলে তখন হাতে করিয়া মাংস ও মসলা সমূহ বৈশ করিয়া কচলাইতে হইবে। চট্‌কান শেষ হইলে একখানি পরিষ্কার বস্ত্রে ছাঁকিয়া সেই জল স্বতন্ত্র একটা পাত্রে ঢাকিয়া রাখিতে হইবে এবং সিটিগুলি ফেলিয়া দিতে হইবে। এক্ষণে ভাল খাঁড়িমহুরি দাইল তিন পোয়া, উত্তম পেশোয়ারি অভাবে সরু দাদখানি অথবা বালাম চাউল এক পোয়া একত্রিত করিতে হইবে। এস্থলে উহা জানা আবশ্যক যে, পেশোয়ারী বা দাদখানি চাউল হইলেই ভাল হয়। পরে ঐ চাউল ও দাইল উত্তমরূপে ধৌত করিয়া পূর্ব্ববৎ শুষ্ক করিতে হইবে।

এদিকে দেখিবে যখন চাউল ও দাইল বেশ শুষ্ক হইয়া খড়-খড়ে হইয়াছে, তখন এক পোয়া গাওয়া অথবা ভায়সা

ঘৃত* একটা বিস্তৃত মুখ-বিশিষ্ট ডেক্‌চি অথবা হাঁড়িতে করিয়া উনানে বসাইতে হইবে। এই সময় মুছ মুছ জ্বাল দিতে হইবে। তৈল ও ঘৃত উনানে বসাইয়া অধিক জ্বাল দিলে অলিয়া উঠার সম্ভব। এক্ষণে ঐ ঘৃতে এক পোয়া পিয়াজ চারিখণ্ড করিয়া এবং গোলআলু ছইখণ্ড করিয়া দিতে হইবে, এই সঙ্গে ছোট এলাচের দানা এক সিকি, দারুচিনির ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কুচি ছয় আনা ও লবঙ্গ এক সিকি দিয়া গুণ্ঠি দ্বারা নাড়িতে হইবে। যখন দেখা যাইবে পিয়াজগুলি অধিক ভাজা হইয়াছে, তখন তাহাতে এক ছটাক আদার রস দিয়া পূর্ববৎ নাড়িতে হইবে। পিয়াজ গুলি যখন বার আনা ভাজা হইয়াছে বোধ হইবে, তখন উহাতে চাউল ও দাইল দিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে। এইরূপ নাড়িতে নাড়িতে যখন দেখা যাইবে যে, চাউল ভাজা হইবার মত চুড়্ চুড়্ করিতেছে, সেই সময় পূর্ব-প্রস্তুত জল ক্রমে ক্রমে উহাতে ঢালিতে হইবে। জল যেমন ঢালিতে হইবে, সেই সঙ্গে অনবরত চাউলদিগু নাড়িতে হইবে। জল দেওয়া শেষ হইলে আড়াই তোলা লবণ দিতে হইবে। এই লবণ দেওয়া হইলে হাঁড়ির মুখ বন্ধ করিয়া অল্পক্ষণ জ্বাল দিলে উহা ফুটিতে আরম্ভ করিবে। ফুটিতে আরম্ভ হইলে তখন

*গাওয়া ঘৃত হইলে আশ্বাদিন ভাল হয় এবং খিচুড়ী হইতে এক প্রকার সুগন্ধ নির্গত হইয়া থাকে। কলকথা, ঘৃত যত টাটকা হয় ততই ভাল।

হাঁড়ির মুখ ফুলিয়া উহাতে সাত আটটা হংস ডিম* ভাঙ্গিয়া দিতে হইবে। এবং খিচুড়ী অনবরত নাড়িতে হইবে। যন যন নাড়িবার কারণ এই যে, নাড়িবার ক্রটি হইলেই উহা জমিয়া যাইবে, একবার জমিয়া গেলে হাঙ্গার নাড়িলেও তাহা আর খিচুড়ীর সঙ্গে মিশ্রিত হইবে না। খিচুড়ী সর্বদা নাড়িবার আর একটি প্রধান প্রয়োজন এই যে, নাড়িবার দোষেও অনেকে খিচুড়ী ধরাইয়া ফেলেন। খিচুড়ী একবার ধরিয়া গেলে তখন তাহাতে যত কেন মসলা ও ঘৃত দেও না কিছুতেই নেই পোড়াকন্ধ শুধরাইতে পারা যায় না। সুতরাং ব্যয় ও পরিশ্রম বৃথা হইয়া যায়। খিচুড়ী ধরিয়া গেলে উহাতে আর কোন প্রকার মসলার সৌগন্ধ থাকে না। এজন্য এই সময় বিশেষ সাবধানতার সহিত যন যন নাড়িতে হইবে।

যখন দেখিবে চাউল ও দাইল উত্তমরূপে স্নিগ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন আদৌ জ্বাল না দিয়া কেবল কয়লার উত্তাপে উহা বসাইয়া রাখিতে হইবে। এই সময় এক ছটাক ভাল চিনি অথবা মিছুরির গুঁড়া ও এক পোয়া ভাল দধি হাঁড়িতে ঢালিয়া দিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে। যখন চাউল ও দাইল

* হংস কিসা মুরগী ডিম্বের মধ্যে যে কোন প্রকার ডিম্ দিলেই চলিতে পারে। যাহারা ঐ সকল ভঞ্জে ইচ্ছা করিবেন না তাঁহারা পিরীজ এবং ডিম প্রভৃতি আদৌ ব্যবহার না করিয়া খিচুড়ী প্রস্তুত করিতে পারেন, কিন্তু তাহা তত সুখাদ্য হইবে না। যে জাতির বে খাদ্য সেই জাতির নিয়মানুসারে প্রস্তুত হইলেই জ্ঞানু হয়।

উত্তমরূপ মিশ্রিত হইয়া কাদার স্তায় হইয়াছে ও স্বভাৱে রন্ধন গৃহ আমোদিত হইতেছে বোধ হইবে, তখন আর বিলম্ব না করিয়া কিস্মিস্ আধ পোয়া, পেস্তা আধ পোয়া, অবশিষ্ট ঘূতে ভাজিয়া ঘৃত সমেত হাঁড়িতে ঢালিয়া দিয়া বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে এবং এক ছটাক গোলাপ জলের ছিটা দিয়া অগ্নির উত্তাপ হইতে নামাইয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে ।

ভোজনের সময় ঐ হাঁড়ির মুখ খুলিয়া একবার ভাল করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া পরিবেশন করিবে এবং সুগন্ধে ভোক্তাগণের মননা লোলুপ হইয়া পড়িবে ।

ভুনি খিচুড়ী ।

চাউল ও দাইল ভাজিয়া এই খিচুড়ী রাখিতে হয়, এজন্য ইহাকে ভুনা বা ভুনি খিচুড়ী কহিয়া থাকে । ভুনি খিচুড়ী খাবার নিয়ম এক প্রকার নহে । এই প্রস্তাবে প্রথম প্রকরণ লিপিত হইল ।

উপকরণ পরিমাণ ।—চাউল দেড় পোয়া, দাইল (খাঁড়ি মুহুরি) এক সের, ঘৃত* আধ সের, লক্ষা তিন তোলা,

ভালরকম ভুনিখিচুড়িতে সের করা এক সের পর্য্যন্তও ঘৃত ব্যবহার হইয়া থাকে ।

জল দেড় সের, হরিদ্রা বাটা এক তোলা, ধনেবাটা তিন তোলা, আদা বাটা দুই তোলা, লঙ্কা বাটা এক তোলা । জীরামরিচ বাটা আধ তোলা, তেজপত্র দশখানি, ছোট এলাচ চারি আনা, দারুচিনি কুচি ছয় আনা, লবঙ্গ তিন আনা, দধি এক পোয়া, পিয়াজ কুচি চারি তোলা ।

যে সকল চাউলে পোলাও হইয়া থাকে, ভূনিখিচুড়ীতে সেইরূপ চাউল হইলেই ভাল হয় । নোগলাই খিচুড়ীতে যে নিয়মে চাউল ধুইয়া শুকাইয়া লইতে হয়, ভূনিখিচুড়ীর চাউল ও সেইরূপ নিয়মে রাঁধিবার উপযুক্ত করিয়া লইতে হইবে ।

এদিকে একটী ডেক্টি অথবা অত্র কোন পাক-পাত্রে সমুদায় ঘৃত আলে চড়াও । উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে পিয়াজের লবঙ্গ কুচিগুলি দিয়া ভাজিয়া লও । পিয়াজ যখন লাল্ছে লাল্ছে রঙ হইবে, তখন উহা অত্র পাত্রে তুলিয়া রাখ । অনন্তর চাউল ও দাইল এবং তেজপাত্রে তাহাতে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে থাক । যখন দেখা যাইবে দুই একটী চাউল চুড়্ চুড়্ করিতেছে, তখন উহাতে সমান মসলাগুলি এবং দধি দিয়া নাড়িতে থাক ।

এই সময় চাউলের একটু বাদামী ধরণের রঙ হইলে, জল ঢালিয়া দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দাও ।

যিচ্ছা কিম্বা পোলাও রাঁধিতে হইলে অধিক জল দেওয়া

উচিত-নহে। কারণ অধিক জ্বালে উহা ধরিয়। যাইবার খুব সম্ভব। মোগলাই খিচুড়ীতে বেমন সর্বদা কাটি দিয়া নাড়িয়া দিতে হয়, ভুনিখিচুড়ীতে সেকরপ নাড়িবার প্রয়োজন হয় না। কারণ উহা অধিক নাড়িয়া দিলে চাউল ও দাইল ভাঙিয়া কাদার স্রায় হইয়া থাকে। মোগলাই খিচুড়ীর স্রায় ভুনিখিচুড়ী কাদার মত হইবে না। সনুদায় গোটা গোটা থাকিবে, অথচ বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। এজন্য একখানি কাঠের অল্প জ্বালে রাখা উচিত।

যখন দেখা যাইবে চাউল ও দাইল বেশ সুসিদ্ধ হইয়াছে, তখন তাহাতে লবণ দিয়া একবার নাড়িয়া দিতে হইবে। অনন্তর উহার জল মরিয়া আসিলে নানাইয়া পূর্ব রন্ধিত পিয়াজ ভাজা গুলি তাহাতে ঢালিয়া দিয়া একবার বেষু করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিয়া ঢাকিয়া রাখ * ; দশ পনের মিনিট পরে পাক-পাত্রে ঢাকনি খুলিয়া একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া পরিবেশন কর। এই নিয়মে প্রস্তুত করা খিচুড়িকে ভুনা ভুনা খিচুড়ী কহে।

গুজরাটী খিচুড়ী।

গুজরাটবাসীরা যে নিয়মে খিচুড়ী রন্ধন করিয়া থাকেন, এদেশে সেকরপ প্রথা দেখিতে পাওয়া যায় না। ভিন্ন ভিন্ন

ইচ্ছা হইলে পিয়াজ ব্যতীত রন্ধন হইতে পারে।

দেশের রন্ধনের নিয়ম সম্পূর্ণ প্রভেদ দেখিতে পাওয়া যায় ।
গুজরাটের লোকেরা যে নিয়মে খিচুড়ী রাঁধিয়া থাকে, তাহার
মধ্যে একটা নিয়ম লিখিত হইতেছে । পাঠকগণ উহা পাক
করিয়া পরীক্ষা করিলেই বুঝিতে পারিবেন, গুজরাটী খিচুড়ী
কি প্রকার মুখ-প্রিয় । এই রন্ধনের কিছুই বাহ্য-ব্যাপার
নাই যে, সাধারণে উহা প্রস্তুত করিতে অক্ষম হইবেন । তবে
হিন্দুদিগের মধ্যে বাঁহারা পিয়াজ ও রসুন ব্যবহার নিষিদ্ধ
বিবেচনা করিয়া থাকেন, তাঁহারা ইচ্ছা করিলে উহা পরি-
ত্যাগ করিয়া রন্ধন করিতেও পারেন । কিন্তু উহা পরিত্যাগ
করিলে যে, আশ্বাদগত অনেকটা প্রভেদ ঘটয়া থাকে, তাহা
বোধ হয় কাহাকেও লিখিয়া বুঝাইতে হয় না । নিম্ন লিখিত
উপকরণ এবং নিয়ম অনুসারে রন্ধন করিলে গুজরাটী খিচুড়ী
প্রস্তুত হইয়া থাকে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—চাউল আধ সের, সোণা-
মুগের দাইল আধ সের, ঘৃত ঐকসের, দারুচিনি চারি আনা,
ছোট এলাচ চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, মরিচ আধ
তোলা, কৃষ্ণ জীরা এক তোলা, রসুন ষণ্ড আধ তোলা, আদা
ষণ্ড দেড় তোলা, পলাডু এক পোয়া, লবণ তিন তোলা, গরম
জল দেড় সের ।

প্রথমে রসুনগুলি ষণ্ড ষণ্ড করিয়া একটা পাত্রে রাখিবে ।
তদনন্তর পিয়াজগুলিরও খোসা ছাড়াইয়া সৰু সৰু অথচ
চক্রাকারে অথ আঁচ একটা পাত্রে কুটিয়া রাখিতে হইবে ।

গুজরাটী খিচুড়ী রাঁধিতে হইলে কোন প্রকার মসলা চূর্ণ করিতে বা বাটিতে হয় না। সমুদায় অথও অর্থাৎ আস্ত আস্ত রাধিতে হয়।

প্রথমতঃ এক পোয়া ঘৃত একটী পাক-পাত্রে জ্বালে চড়াইয়া তাহার গাঁজা মরিয়া আসিলে পিষাজগুলি ভাজিয়া অল্প পাত্রে তুলিয়া উক্ত উত্তপ্ত ঘৃতে রসুন কুচি, আদার কুচি দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া তাহাতে চাউল ও দাইল দিয়া নাড়িতে থাকিবে। দুই একটী চাউল ফুটিবার শব্দ হইতে আরম্ভ হইলে আর এক পোয়া ঘৃত এবং অবশিষ্ট মসলাগুলি দিয়া নাড়িতে থাকিবে। অধিকাংশ চাউল ফুটিতে আরম্ভ হইলে তাহাতে উত্তপ্ত জল ক্রমে ক্রমে ঢালিতে ও নাড়িতে হইবে। জল দেখিয়া শেষ হইলে অর্ধেক পিষাজভাজা ও লাবণ দিয়া উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া দিতে হইবে এবং ফুটিতে আরম্ভ হইলে মধ্যে মধ্যে ঢাকনিটী খুলিয়া নাড়িয়া দিয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। জল মরিয়া আসিলে অবশিষ্ট পিষাজ ভাজাগুলি ও অবশিষ্ট ঘৃত উপরে ছড়াইয়া দিয়া উত্তমরূপে মুখ ঢাকিয়া পনের মিনিট কাল দমে রাখিবেই অতি অপূর্ণ স্নাত্তি-কর গুজরাটী খিচুড়ী প্রস্তুত হইল। এক্ষণে পরিবেশন-কালীন কেবল আর একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া লইলেই যথেষ্ট হইবে।

আশ্মানি খিচুড়ী ।

আশ্মানি খিচুড়ী যে কি প্রকার মুখ-প্রিয়, তাহা আহাৰ করিয়া বুঝিলেই ভাল হয় । এক্রপ উপাদেয় খাদ্যের ব্যবহার বুদ্ধি হওয়াই একান্ত আবশ্যক । ভিন্ন ভিন্ন জাতির মধ্যে ভিন্ন ভিন্ন নিয়ম ও উপকরণে খিচুড়ী রান্ধিবার ব্যবস্থা দেখিতে পওয়া যায় । আশ্মানি জাতির মধ্যে কয়েক প্রকার নিয়মে খিচুড়ী রান্ধিবার প্রথা প্রচলিত আছে । আমরা সচরাচর যে সকল মসলা ব্যবহার করিয়া থাকি, ঐ সকল খিচুড়িতে প্রায় সেই সকল মসলা ব্যবহৃত হইতে দেখা গিয়া থাকে । ভোজন-প্রিয় ব্যক্তিদিগের নিকট আশ্মানি খিচুড়ী একটী আদরের খাদ্য । যে নিয়মে এই উপাদেয় খিচুড়ী রান্ধিতে হয় তাহার বিষয় লিপিত হইতেছে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—নোণাকুঙ্গর দাইল এক সের, চাউল এক পোয়রা, ডিম দশটী, ঘৃত আঢ় সের, বাদান দুই ছটাক, কিস্মিস্ দুই ছটাক, *পেস্তা দুই ছটাক, মিছরি দুই তোলা, পিয়ারজ এক পোয়া, রসুন চারি আনা, আদাবাটা দুই তোলা, আদার কুচি এক তোলা, জাকরাণ আট আনা, ধনে ছেঁচা এক পোয়া, লঙ্কাবাটা এক তোলা, দারুচিনি ছয় আনা, তেজপত্র চারি আনা, ছোট এলাচ ছয় আনা, মরিচ গোটা দুই তোলা, জীরা দুই তোলা, লবণ তিন তোলা, ক্ষীরপাতা দদি এক পোয়া, জল চারি সের ।

প্রথমে ধনে, মরিচ, জীরা ও তেজপাতা একখানি পরিস্কৃত

নেকড়ার পুটলি বাঁধিয়া একটা হাঁড়ি অথবা ডেকুচিতে রাখ। এখন সমুদায় জল ঐ হাঁড়িতে ঢালিয়া দিয়া একখানি ঢাকনি দ্বারা উহার মুখ ঢাকিয়া জ্বালে চড়াও। মুহু মুহু জ্বালে যখন জল মরিয়া দুই সের থাকিবে, তখন তাহা নামাইয়া রাখ।

এদিকে আর একটা পাক-পাত্রে দেড় পোয়া ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া পাকাইয়া লও এবং তাহাতে কিস্মিন্দুগুলি বাদামী ধরণে ভাজিয়া অন্য পাত্রে তুলিয়া রাখ। এখন ঐ ঘৃতে রসুন-কুচিগুলি ভাজিতে থাক। যখন দেখা যাইবে, উহার লালচে রঙ হইয়াছে, তখন তুলিয়া ফেলিয়া দিবে। রসুনের ন্যায় আদা-কুচিগুলি ভাজিয়া ফেলিয়া দিতে হইবে। তাহার পর পিয়াজের কুচি বাদামী ধরণে ভাজিয়া অন্য পাত্রে তুলিয়া রাখিতে হইবে। অনন্তর সমুদয় জাফরাণ, আদাবাটা, লঙ্কাবাটা ঐ ঘৃতে দিয়া মাধভাজা করিতে হইবে, এই সময় সমুদয় মসলার এক প্রকার রঙ হইয়া উঠিবে এবং স্নগন্ধে ঘর আর্মোদিত করিতে থাকিবে। অতঃপর উহাতে চাউল ও দাইল দিয়া অনুবরত নাড়িতে হইবে।

পোলাও প্রভৃতিতে যেরূপ চাউল ব্যবহার হয়, আশ্মানি খিচুড়ির পক্ষেও সেইরূপ চাউল প্রশস্ত। প্রথমে চাউল ও দাইল উত্তমরূপে ঝাড়িয়া ও বাছিয়া লইতে হইবে। ভালরূপ ঝাড়া ও বাছা হইলে না ধুইলেও চলিতে পারে। পূর্বে যে ডিমের কথা বলা হইয়াছে, এখন তাহা ভাজিয়া তাহার তরলাংশ ঐ চাউল ও দাইলে মাখিতে হইবে। ডিম মৃত্তকান চাউলাদি একটী বিস্তৃত পাত্রে রাখিয়া পাতলা করিয়া বিছাইয়া দিয়া

সরুদা নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে। এইরূপ নাড়া চাড়াতে যদি উহা বরষরে হয় ভালই, নতুবা উহা তুলিয়া জাল প্রাপ্ত মসলার উপর ঢালিয়া দিয়া ক্রমাগত নাড়িতে চাড়িতে হইবে। এই সময় উনানে মূছ জাল থাকা আবশ্যিক। এইরূপভাবে অনবরত নাড়িতে নাড়িতে যখন দেখা যাইবে অধিকাংশ চাউলই চুড় চুড় করিয়া ফুটিতে আরম্ভ হইয়াছে, তখন তাহাতে পূর্ব প্রস্তুত আখ্নির জল অল্প অল্প পরিমাণে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। চাউল ফুটিয়া নরম হইয়া আসিলে, তাহাতে লবণ ও অর্ধেক পিয়াজভাজা ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। যে কোন খিচুড়ির প্রতি এই সময় বিশেষরূপ দৃষ্টি রাখা আবশ্যিক। কারণ এই সময় অধিক জাল পাইলে এবং ভাল-রূপ নাড়া চাড়া না হইলে প্রায়ই আঁকিয়া যায়।

অনন্তর যখন দেখা যাইবে খিচুড়ী বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে সমুদায় পিয়াজভাজা ও কিস্মিস্ ঢালিয়া দিতে হইবে। এদিকে অবশিষ্ট গরম-মসলা ও বাদাম এবং পেস্তাবাটা সমুদায় ঘূতে গুলিয়া এবং তাহাতে দধি ও মিহ্রি দিয়া ঐ খিচুড়ীতে ঢালিয়া দিয়া বেশ করিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে এবং একবার ফুটিয়া উঠিলে উহা নামাইয়া ঠাণ্ডা স্থানে রাখিতে হইবে। এই সময় হাঁড়ি বা ডেক্চির মুখের চাকনিটার ঘোড়-মুখে একখানি ভিজা নেকড়া বা গামছা জড়াইয়া রাখিয়া ত্রিশ মিনিট পরে চাকনি তুলিয়া পরিবেশন করিলেই চলিতে পারে। পরিবেশনের সময় আর একবার

উত্তমরূপ নাড়িয়া লওয়া আবশ্যিক। উপরি লিখিত প্রণালী ও উপকরণ দ্বারা রন্ধন করিলে আত্মানি খিচুড়ী রাঁধা হইল।

কলাই শুটীর খিচুড়ী ।

এই খিচুড়ী যে কি প্রকার সুখাদ্য তাহা বোধ হয়, এদেশের অনেকেই অবগত আছেন। কিন্তু উহার রন্ধন প্রণালী যে অধিকাংশ লোকই অবগত নহেন, তাহা আমরা নিশ্চয় বলিতে পারি।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মিহি দাদখানি চাউল এক পোয়া, সোণানুগের দাইল* বা খাঁড়ি মসুরি এক পোয়া, কলাই শুটী (খোসা ছাড়ান) এক নের, ঘৃত (৩) দেড় পোয়া, হরিদ্রা বাটা এক তোলা, ধনে বাটা তিন তোলা, লঙ্কা বাটা

(১) বৈদ্য-শাস্ত্র মতে মুগের গুণ—কষায়, গ্রাহি, শীতল এবং পাকে কটু। মুগের ঘূষের গুণ—পিত্ত, শ্রম ও ক্লান্তি-শমন-কারী, লঘু, সস্তাপ-হারক এবং অকুচি-নাশক।

(২) ভাবপ্রকাশ মতে সামান্য বায়ু-নাশক এবং জরহ।

(১) কষায়ত্বং গ্রাহিত্বং শীতলত্বং পাকে কটুত্বং তন্মুসুগুণঃ পিত্তশ্রমাক্তি-শমনত্বং লঘুত্বং সস্তাপহারিত্বং আরোচক-নাশিত্বং। ইতি রাজনির্ঘণ্টঃ।

(২) স্বাছত্বং অল্লানিলহরত্বং জরহত্বং। ইতি ভাবপ্রকাশঃ।

(৩) অসঙ্গতিপন্ন ব্যক্তিগণ ঘূতের পরিমাণ আধোপোয়া করিতে পারেন কিন্তু আত্মদানের ব্যতিক্রম হইবে।

আধ তোলা, •জীরা মরিচ ষাট্টা এক তোলা, আদা বাটা এক তোলা, দারুচিনি তিন আনা, ছোট এলাচ চারি আনা, তেজপাতা দশখানি, লবণ সাড়ে চারি তোলা, জল তিন সের।

প্রথমে গুঁটীগুলির উপরিকার খোসা ছাড়াইয়া দানা বাহির করিয়া লও। সমুদায় দানা বাহির করা হইলে তাহাতে এক তোলা লবণ মাখাইয়া আধ ঘণ্টা পরে তাহা রগড়াইতে থাক, তাহা হইলে প্রত্যেক দানার খোসা সহজেই পৃথক্ হইয়া আসিবে। নতুবা এক একটী করিয়া খোসা ছাড়াইতে হইলে বড় পরিশ্রম এবং বিস্তর সময় লাগিবে। লবণ মাখাইয়া খোসা ছাড়াইলে অতি সহজেই উহা ছাড়াইয়া যায়। অনন্তর ছুই-তিনবার অধিক জলে উত্তমরূপে ধুইয়া লইতে হইবে। ধুইবার সময় সমুদায় খোসা ও লবণ ধুইয়া যাইবে।

এদিকে এক ছটাক ঘৃত জ্বালে চাড়াইয়া গুঁটীগুলি ভাজিয়া রাখ। পরে আর এক ছটাক ঘৃতে চাউল ভাজিয়া তুলিয়া লইতে হইবে। চাউল ভাজা হইলে আবার এক ছটাক ঘৃত দিয়া দাইলগুলিও অল্প পরিমাণ ভাজিয়া লও। এস্থলে একটা কথা উল্লেখ করা আবশ্যিক;—অনেকেই কলাই গুঁটির খিচুড়ীতে আদৌ কোন প্রকার দাইল ব্যবহার করেন না। কিন্তু আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, কিঞ্চিৎ দাইল দিয়া এই খিচুড়ী পাক করিলে আশ্বাদনের বুদ্ধি হয় এবং খিচুড়ী নিতান্ত কাদার ন্তর দেখিতেও হয় না। তবে রুচি অনুসারে ভোক্তাগণ দাইল ব্যবহার করিতে পারেন।

এখন যে পাত্রে খিচুড়ী রান্না হইবে, তাহাতে অবশিষ্ট ঘৃত জ্বালে চড়াও এবং উহা পাকিয়া আসিলে সমুদায় গরম মসলার অর্দ্ধেক ছেঁচিয়া এবং সমুদায় বাটা মসলা ঐ ঘতে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে থাক, যখন বেশ রংদার হইয়া আসিয়াছে দেখিবে, তখন তাহাতে গরম জল ঢালিয়া দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রে মূখ ঢাকিয়া রাখ । জল কুটিয়া উঠিলে পাক-পাত্রে মূখ খুলিয়া চাউল ও দাইল এবং শুঁটী-গুলি ঢালিয়া দিয়া পুনর্বার ঢাকিয়া দাও । অনন্তর মৃৎ জ্বালে খিচুড়ী সুসিদ্ধ হইয়া আসিলে তাহাতে লবণ দিতে হইবে । যাহারা পিয়াজ দিতে ইচ্ছা করেন, তাহারা এই সময় আধ পোয়া ভাজা পিয়াজ দিতে পারেন । এক্ষণে অবশিষ্ট গরম মসলা বাটা খিচুড়িতে ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রে মূখ বন্ধ করতঃ একখানি ভিঁড়া গামছা বা নেকড়া ঢাকার মুখে জড়াইয়া নামাইয়া লও । কুড়ি মিনিট পরে ঢাকনি খুলিয়া পরিবেশন কর, কলাই শুঁটীর খিচুড়ী প্রস্তুত হইল ।

শীতকালেই এই খিচুড়ী অতি সুখাদ্য । কারণ এদেশে শীত ঋতুতেই কলাই শুঁটী জন্মিয়া থাকে । সকল প্রকার কলাই শুঁটীর যে, উত্তমরূপে খিচুড়ী প্রস্তুত হইয়া থাকে, তাহা নহে ; এদেশে যে সকল কলাই শুঁটী জন্মিয়া থাকে, তন্মধ্যে ওলন্দা বা পাগলা কলাই শুঁটীই সর্বোৎকৃষ্ট । আজকাল আমেরিকা ও ইউরোপ প্রভৃতি মহাদেশ সমূহ হইতে যে সকল মটর এদেশে আনীত হইয়া স্থানে স্থানে চাষ হইতেছে, তন্মধ্যে ডোয়ার্ক

ভিক্সন, হিরকু, শায়র, হিরো, ভিক্টোরিয়া, এম্পারার, আইম্যারো প্রভৃতিই সর্ব্ব প্রধান । ঐ সকল মটরের এক একটী দানা এত পুষ্ট হইয়া থাকে যে, যাহারা কখন উহা দেখেন নাই, তাহারা দর্শন করিলে আশ্চর্য্য বোধ করিবেন । ফলকথা শু'টী মোটা মোটা অথচ কচি এইরূপ মটরেরই উৎকৃষ্ট খিচুড়ী প্রস্তুত হইয়া থাকে । দানা পাকিয়া গেলে তদ্বারা খিচুড়ী ভালি হয় না ! খিচুড়ী ভিন্ন কলাই শু'টির দ্বারা আর অনেক প্রকার স্নানাদি দ্রব্য পাক হইয়া থাকে ।

হিন্দু শাস্ত্রানুসারে কলাই শু'টী অপবিত্র নহে ।

আফ্গানি খিচুড়ী ।

আফ্গানিস্থানে এই খিচুড়ী অত্যন্ত প্রচলিত । আফ্গানি খিচুড়িতে অত্যন্ত পিয়াজ ব্যবহার করিতে দেখা যায় । যাহারা পিয়াজ খাইয়া থাকেন, তাঁহাদিগের নিকট এই খেচরান্ন অত্যন্ত মধুর । ইহার রন্ধন নিয়ম নিম্নে লিখিত হইল ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—সোণামুগের দাইল আধসের, চাউল আধসের, মাংস দেড় সের, ঘৃত আধসের, দারুচিনি (গোটা) এক আনা, দারুচিনি চূর্ণ এক আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ এক আনা, লবঙ্গ (গোটা) এক আনা, লবঙ্গ চূর্ণ এক আনা, পিয়াজ এক পেছা, পিয়াজ বাটা এক ছটাক, পিয়াজ সরুভাবে কুটা এক ছটাক, গোটা ধনে দেড় তোলা, ধনে বাটা আধ-

তোলা, আদা খণ্ড দেড় তোলা, জাকরণ (পেবিত) এক আনা, গোটা মরিচ দুই আনা, লঙ্কা চূর্ণ দুই আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা ।

প্রথমে মাংস, আদা, পিয়াজ, গোটা ধনে এবং লবণ আবশ্যক মত জলের সঙ্গে মিশাইয়া দিষ্ট করিতে হইবে । পরে ঘূতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া মাংস এবং ঐ ঘূষ সস্তলন করিয়া লইতে হইবে । সস্তলনের সময় আদা প্রভৃতি যে, কাপড়ে ছাঁকিয়া লইতে হয়, তাহা যেন মনে থাকে । সস্তলনের পর ঘূষ হইতে মাংসগুলি পৃথক করিয়া ঐ মাংসে ধনে বাটা, পিয়াজ বাটা, সমুদায় গন্ধ মসলা এবং মরিচ প্রভৃতির চূর্ণ মাখাইয়া মুহু আশু-নের উত্তাপে পাক করিয়া দমে রাখিতে হইবে ।

এদিকে পূর্ব প্রস্তুত মাংসের ঘূষে দাইল, চাউল এবং পিয়াজের সরু সরু খণ্ড সকল দিয়া জালে চড়াইয়া সূর্যিক করিতে হইবে । যখন দেখা যাইবে, উহা বেশ সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে অবশিষ্ট গোটা মসলাগুলি এবং মাংস ঢালিয়া দিয়া এক আঁচ তাপ দিতে হইবে । পরে অবশিষ্ট ঘূত উহাতে ঢালিয়া দিয়া চারি দণ্ড কাল দমে বসাইয়া রাখিলেই আফ-গানি খিচুড়ী পাক করা হইল ।

এই খিচুড়ী বেক্রপ স্ন্যাদ্য উহার পুষ্টিকারিতা শক্তিও ততোধিক ।

গোলআলুর খিচুড়ী ।

খিচুড়ী রন্ধন সম্বন্ধে নানা প্রকার নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায় । উপকরণ ও রন্ধন ভেদে উহার আশ্বাদনের বিস্তর প্রভেদ লক্ষিত হইয়া থাকে । যে কোন প্রকার ভাল খিচুড়ী প্রস্তুত করিতে হইলে তাহাতে ঘূতের পরিমাণ কিছু অধিক দিতে হয় । ঘূত দ্বারা খিচুড়ীর আশ্বাদন অধিকতর সুস্বাদ হইয়া থাকে । আলুর খিচুড়িতে অধিক পরিমাণ ঘূতের প্রয়োজন । সুতরাং তদ্বিষয়ে কৃপণতা প্রকাশ করিলে উহার আশ্বাদনগত যে প্রভেদ লক্ষিত হইবে, তাহা যেন সকলেরই মনে থাকে । যে নিয়মে এই সুখাদ্য খিচুড়ী রন্ধন করিতে হয় পাঠকবর্গ তাহা পাঠ করুন ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—চাউল আধ সের, দাইল

(১) এক টেসর, আলু এক সের, ঘূত আধ সের, পিয়াজ (২) আধ পোস্তা, ছোট এলাচ চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, দারুচিনি চারি আনা, বনে বাটা তিন তোলা, আদা বাটা দুই তোলা, জীরামরিচ বাটা এক তোলা, লঙ্কাবাটা (৩) আধ

(১) খাড়িমস্বর, সোণামুগ হইলেই ভাল হয় তদভাবে বুট ও অড়হরের দাইল প্রশস্ত ।

(২) ইচ্ছা হইলে পরিত্যাগ করিতে পারা যায় ।

(৩) কুচি অনুসারে পরিমাণ হ্রাস বৃদ্ধি করিতে পারা যায় ।

তোলা। হরিদ্রা বাটা এক তোলা, তেজপাতা দশখানি, লবণ ছয় তোলা।

খিচুড়ির পক্ষে যে সকল চাউল প্রশস্ত তাহা ইতি পূর্বে অনেকবার উল্লেখ করা হইয়াছে, সুতরাং এস্থলে তাহা উল্লেখ করা অনাবশ্যক। ভাল রকম চাউল বাজিয়া বাছিয়া লইতে হইবে।

অনেকে আলুর খিচুড়িতে বাদাম, পেস্তা এবং কিস্মিস্ দিয়া থাকেন। অতএব ঐ সকল উপকরণ ব্যবহার করিতে হইলে প্রত্যেক দ্রব্য এক ছটাক পরিমাণে লইয়া জলে ধৌত করতঃ ঘূতে এক এক করিয়া ভাজিয়া তুলিয়া রাখিতে হইবে। প্রথমে সমুদায় ঘৃত না চড়াইয়া দেড় পোয়া পরিমাণ ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে বাদামাদি ভাজিয়া পাঁত্রান্তরে তুলিয়া রাখিয়া পরে সেই ঘূতে পিরাজগুলি ভাজিয়া লইবে এবং উহা তুলিয়া রাখিয়া সেই ঘূতে চাউল ও দাইল ঢালিয়া, দিয়া অনায়াসে নাড়িতে হইবে। ছই একটা চাউল কুটিয়া উঠিলে তাহা সমুদায় তেজপাতা, বাটা মসলা ও গরম মসলার অর্দ্ধেক পরিমাণে দিয়া খুব নাড়িতে হইবে। কেহ কেহ চাউলের সঙ্গে আলুর চাউল ঢাকা করিয়া কুটিয়া ও খোসা তুলিয়া ভাজিয়াও লইয়া থাকেন। আবার কখন কখন বাদামাদির ন্যায় চাউল ভাজিবার পক্ষেও ভাজিয়া তুলিয়া রাখা হয়। ফলতঃ এই উভয় প্রকার খিচুড়ির মধ্যে যে কোন নিয়ম অবলম্বন করিতে পারা যায়। ইহাও মনে রাখা উচিত যদি উহা ভাজিয়া তুলিয়া রাখা হয়।

তবে তাহা চাউল অর্ধ সিদ্ধ হইলে পর হাড়িতে ঢালিয়া দিতে হইবে। সে যাহা হউক মসলা সংযোগে চাউল হইতে যখন অত্যন্ত সুগন্ধ বাহির হইতে থাকিবে এবং অধিকাংশ চাউল ফুটিতে আরম্ভ করিবে, তখন আর বিলম্ব না করিয়া উপযুক্ত পরিমাণ গরম জল তাহাতে ঢালিয়া দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রে মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে।

খিচুড়ী রন্ধনে যতক্ষণ চাউল সিদ্ধ না হয়, ততক্ষণ তীব্র জ্বাল দিলে তত ক্ষতি হয় না; কিন্তু উহা সিদ্ধ হইলে কখনই অধিক জ্বাল দেওয়া উচিত নহে। কারণ এই অবস্থা হইতে প্রায়ই ধরিয়া বা অঁকিয়া যাইবার খুব আশঙ্কা থাকে। একত্রে মৃদু জ্বালে পাক-পাত্র বসাইয়া ঘন ঘন নাড়িতে হয়। চাউল সুসিদ্ধ হইলে খিচুড়ীতে লবণ, পিয়াজ এবং বাদাম, পেস্তা প্রভৃতি দিয়া পূর্ণ-বৎ নাড়িতে হইবে। যাহারা চাউলের সহিত আলু দিয়াছেন তাহা-দিগের ক্ষেপে যায় নাট, কিন্তু যাহারা সে সময়ে দেন নাই, তাহারা চাউল অর্ধ সিদ্ধাবস্থায় উহা দিতে পারেন। আমরা দেখি-
মাছি খিচুড়ীতে আলু প্রায়ই ভাঙ্গিয়া গলিয়া গিয়া থাকে।

কখনো খিচুড়ী প্রায় ক্ষীরের তায় গাঢ় আঁকারে উপস্থিত হইলে সুতরাং আর কাল বিলম্ব না করিয়া অবশিষ্ট গরম মসলা অবশিষ্ট ঘূতে গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দিয়া নামাইতে পারা যায়। আর যদি আহারে বিলম্ব থাকে, তবে সামান্য জলে ভেজে বসাইয়া রাখিলেই চলিতে পারে। খিচুড়ীমাংসই
এক গরম সন্ধ্যা।

নিরামিষ-ভোজীদিগের পক্ষে এই খিচুড়ী সুপ্রস্তুত । কলতঃ
সুখাদ জন্ত সকলেরই নিকট উহার অত্যন্ত আদর ।

কাবুলি খেচরাম ।

পোলাও রন্ধনের নিয়মানুসারে এই খেচরাম পাক করিতে
হয়, তবে প্রভেদের মধ্যে পলামে মুগের দাইল দিতে হয়
না । কিন্তু ইহাতে তাহা ব্যবহৃত হইয়া থাকে এবং আহায়ে
ইহা ঠিক পোলাওয়ের স্থায় সুখাদ্য হয় । ইহার রন্ধনের নিয়ম
পাঠ কর ।

উপকরণ ও পরিমাণ । মাংস এক সের, চাউল
আধ সের, সোণামুগের দাইল আধ সের, ঘৃত আধ সের, ছোট
এলাচ (গোটা) চারি আনা, দারুচিনি (গোটা) আনা,
লবঙ্গ তিন আনা, মরিচ গোটা এক তোলা, ধনে তিন তোলা,
পিয়াজ এক পোয়া, আদা তিন তোলা, কালজীরা ছয় আনা,
লবণ চারি তোলা ।

প্রথমে মাংস, ঘৃত ও পিয়াজ সম্বরা দিয়া অন্ন কসিয়া
লইবে । পরে তাহাতে ধনে বাটা, আদা বাটা, লবঙ্গ ও জল
দিয়া সুসিক্ত করিবে । বেশ সিদ্ধ হইলে তাহা নামাইয়া লবঙ্গ
কোড়ন দিয়া আর একবার সম্বরা দিবে । এখন একটা
পাক-পাত্রে অন্ন ঘৃত চালিয়া দিয়া তাহার উপর জীরা চড়া-

ইয়া দিয়া মাংস, (বুধ বা ঝোল ভিন্ন) সমুদায় অঞ্চল গরম মসলা সাজাইয়া রাখিবে ।

এদিকে চাউল ও দাইল ঘূতে অন্ন মাত্রায় ভাজিয়া তাহা পূর্বপ্রস্তুত বুধ দ্বারা সিদ্ধ করিয়া লইবে । এখন এই সিদ্ধ চাউল পূর্বসজ্জিত মাংসের উপর ঢালিয়া দিয়া সমুদায় ঘৃত অর্পণ করিবে । এই অবস্থায় উহাতে আর জল না দিয়া কেবলমাত্র দমে বসাইয়া রাখিবে । অনন্তর উহা নামাইয়া লইলেই কাবুলি খেচরান্ন পাক হইল ।

জাহাঁঙ্গিরী খেচরান্ন ।

জাহাঁঙ্গির বাদশা এই খেচরান্ন অত্যন্ত আদরের সহিত ব্যবহার করিতেন, তজ্জন্ত উহার নাম জাহাঁঙ্গিরী খেচরান্ন হইয়াছে । জল না দিয়া ইহা পাক করিতে হয় । এই খেচরান্ন অত্যন্ত সুখাদ্য এবং গুরু-পাক । যেরূপ নিয়মে উহা পাক করিতে হয়, তাহা লিখিত হইতেছে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল আধ সের, সোণামুগের দাইল আধ সের, ঘৃত এক সের, পিরা-জের রস এক সের, দারুচিনি চূর্ণ ছয় আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ আট আনা, লবঙ্গ চূর্ণ ছয় আনা, মরিচ চূর্ণ আধ তোলা, ধনে বাটা দেড় তোলা, আদার রস তিন তোলা, লবণ সাত্বে চারি তোলা ।

প্রথমে মাংস হৃদয় ধরণে খুরিয়া তাহাতে শুদ্ধা ও পিয়া-
জের রস, ধনে বাটা এবং লবণ মাখাইয়া চারি দণ্ড কাল কোন
পাত্রে ঢাকিয়া রাখিবে ।

এদিকে চাউল ও দাইল ঘূতে ভাজিয়া পূর্বরক্ষিত মাংসের
সহিত মিশ্রিত করিবে । এখন তাহাতে সমুদায় গন্ধ মসলা
চূর্ণ ও মরিচ চূর্ণ মিশাইয়া মৃদুতাপে স্থাপন করিবে এবং
মধ্যে মধ্যে তাহা এক একবার নাড়িয়া চাড়িয়া দিবে । জ্বলে
মাংসাদির রস মরিয়া আসিলে, পাক-পাত্রে চারি ধারে তপ্ত
অঙ্গার সাজাইয়া দিবে । এই সময় পাক-পাত্রে ঢাকনি
আর্দ্র অর্থাৎ ভিজা কাপড় দ্বারা বন্ধন পূর্বক তাহার উপর
জার একটা পাত্র রাখিয়া তাহাতে তপ্ত অঙ্গার স্থাপন করিবে ।
পাক শেষ হইয়া আসিলে ঢাকনি খুলিয়া তাহাতে উষ্ণ ঘৃত
মালিয়া দিয়া পুনর্বার মুখ ঢাকিয়া দিবে । অনন্তর উহা
নামাইয়া লইলেই কাঁহাঙ্গুরী খেচরান্ন পাক হইল ।

খাপ্পাখেচরান্ন ।

এই খেচরান্ন আহারে উত্তম স্নানাদা । ইহাতে মাংস
ব্যবহার হইয়া থাকে । মাংস ত্যাগ করিয়া রন্ধন করিলে আর
উপরোক্ত নাম দেওয়া যাইতে পারে না । খাপ্পাখিচুড়ী
মুসলমানদিগের সময় হইতে এদেশে আরম্ভ হইয়াছে । উহা
প্রস্তুতের নিয়ম পাঠ কর ।

উপকরণ ও পরিমাণ । চাউল এক পোয়া, সোণা-
মুগের দাইল এক পোয়া, মাংস আধ সের, ঘৃত দেড় পোয়া,
দারুচিনি চারি আনা, ছোট এলাচ চারি আনা, লবঙ্গ চারি
আনা, ধনে দুই তোলা, মরিচ চারি আনা, আদা দুই তোলা,
লবণ ছয় তোলা ।

প্রথমে মাংসের শুষ্ক প্রলেহ পাক করিবে । এদিকৈ চাউল
ও দাইল ভূনিখিচুড়ী পাক করিবার নিয়মে পাক করিয়া
প্রলেহ-খিচুড়ীর সহিত মিশাইয়া এক ঘণ্টা দমে রাখিলেই
খাপ্পাখেচরান পাক হইল । উহা প্রকারান্তরে রাখিতে হইলে
অল্প রীতিতে প্রস্তুত করিতে হয় ; যথা, বড় বড় বিজা,
পটল কিম্বা অল্প কোন প্রকার তরকারির বোটার দিক
কাটিয়া ভিতরের শস্ত বাহির করিয়া ফেলিতে হয় এবং খোল-
গুলির গায়ে সরু সরু ছিদ্র করিয়া লবণ মিশ্রিত জলে
ধুইয়া পুনর্বার ঐ খোল সামান্যমাত্র লবণ মাখাইয়া ঘৃতে
ভাজিতে হয় । অল্প ভাজা ভাজা হইলে তাহা জাল হইতে
নামাইয়া তাহার মধ্যে মাংস মিশ্রিত খিচুড়ী পূর্ণ করিয়া
ময়দা দ্বারা বোটার দিকটা আঁঠকাইয়া দিবে । অনন্তর গন্ধ
দ্রব্য বাটা তাহাতে মাখাইয়া ঘৃতে পুনর্বার ভাজিয়া লইলেই
খাপ্পাখেচরান পাক হইল । খাপ্পাখেচরান পাক করিতে হইলে
দ্বিতীয় পরিমাণ কিছু অধিক লাগিয়া থাকে ।

সহজ খেচরাম ।

উপকরণ ও পরিমাণ । চাউল এক সের, ভাঙ্গা-
মুগের দাইল এক সের, স্নাত এক পোয়া, জীরা বাটা এক তোলা
মরিচ বাটা এক তোলা, তেজপত্র আট খানা, আদা বাটা
দুই তোলা, ধনে বাটা দুই তোলা, পিয়াজ বাটা দুই তোলা,
লবণ পাঁচ তোলা, পেস্তা এক তোলা, বাদাম এক তোলা,
কিস্মিস্ এক তোলা, লবণ দুই তোলা, দারচিনি বাটা ও
কুচি ;—বাটা দুই আনা, কুচি ছয় আনা, এলাচ ছেঁচা চারি
আনা, জাক্রাণ দুই আনা ।

দাইল ও চাউল বেশ সুসিদ্ধ হইতে পারে, অপচ মাড় বেশী
না হয়, একরূপ জল পাক-শায়ে দিয়া তাহা জ্বালে বসাইবে । জল
খুব গরম হইলে দাইল ও চাউল ঢালিয়া দিয়া পাক পাত্রের
মুখ ঢাকিয়া দিবে । আদা ফুটন্ত হইলে তাহাতে লবণ হইতে
জীরা পর্য্যন্ত সমুদায় বাটা মসলা ঢালিয়া দিতে হইবে ।

এদিকে আধ পোয়া ঘূতে বাদাম, পেস্তা, কিস্মিস্ এবং
অবশিষ্ট গন্ধমসলাগুলি অল্প ভাজিয়া খিচুড়ীর উপর ছড়াইয়া
দিতে হইবে এবং একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া
অবশিষ্ট ঘূতে জাক্রাণ গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দিবে । এসময়
আর জ্বালের প্রয়োজন হয় না, কেবলমাত্র এক ঘণ্টা দমে
বসাইয়া রাখিলেই হইল ।

খিচুড়ীমাত্রেরই অর্ধ সিদ্ধের পর অত্যন্ত সতর্ক হইতে হয় ;

কারণ এই সময় হইতেই প্রায় ধরিয়া বা আঁকিয়া যাইবার খুব সম্ভব। এক্ষণে আলের প্রতি দৃষ্টি রাখিয়া খিচুড়ী ভাল করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হয়।

দাইলের মধ্যে সোনাখুগই উৎকৃষ্ট। বাস্তবিক টাটকা সোনাখুগ এবং টাটকা গাওয়া ঘৃত দ্বারা খিচুড়ী পাক করিলে তাহা যে কতদূর রসনার লোভ-জনক হয়, তাহা যিনি একবার হার করিয়াছেন, তিনিই বুঝিতে পারেন।

ইংরাজী ধরণে ভুনি-খিচুড়ী ।

চাউল তিন ছটাক, দাইল দুই ছটাক, বড় পিয়াজ বারটী, ঘৃত দুই ছটাক, আদার কুচি দশ বারটী, গোলমরিচ দশটী, লবণ বড় চামচার এক চামচা, লবঙ্গ চারি পাঁচটী, এলাইচ তিন চারিটী, তেজপাতা ছয়খানি, দারুচিনি (ছোট ছোট) ছয় কুচি।

রন্ধনের পূর্বে চাউল ও দাইলগুলিকে উত্তমরূপে ধোত করিয়া জল ফরাইয়া রাখিবে। বাঁশমতী বা চিনিশকর চাউলই খিচুড়ী প্রভৃতির জন্য প্রশস্ত। অনেকে চাউলের সমান দাইল দিয়া থাকেন ?

প্রথমে পাক-পাত্র গরম করিয়া উহাতে সমস্ত ঘৃত ঢালিয়া দিবে। যে সময়ে ঘৃত হইতে বুদবুদ উঠিবে ঐ সময়ে উহার

উপর পিয়াজগুলি (লক্ষ লক্ষ পাতলা পাতলা ফালি করিয়া) ফেলিয়া দিয়া ভাজিতে থাকিবে । পিয়াজের উত্তম বাদামী রং হইলে তুলিয়া পাত্ৰান্তরে রাখিবে । পরে ঐ স্বতের উপর চাউল ও দাইলগুলি ঢালিয়া দিয়া যতক্ষণ পর্য্যন্ত স্বত নিঃশেষিত না হয় ততক্ষণ নাড়িতে থাকিবে । পরে উক্ত উপরের লিখিত মসলা উত্তমরূপ মিশ্রিত করিবে । যতখানি জল দিলে চাউল ও দাইল ঢাকে ততখানি জল দিয়া পাত্ৰের মুখ ভাল ঢাকনী দ্বারা আচ্ছাদিত করিয়া মৃদু আঁচে চাপাইয়া দিবে ; মধ্যে মধ্যে ঐ আঁচও কমাইবে । তাহা না করিলে খিচুড়ী ধরিয়া বাইবার সম্ভাবনা । খিচুড়ী যাহাতে না ধরিয়া যায় তাহিষয়ে বিশেষ সাবধান হওয়া আবশ্যিক । মধ্যে মধ্যে পাক-পাত্ৰ নাড়িয়া দিলে এবং কাঠের হাতা দিয়া চাউল ও দাইল নাড়িয়া চাড়িয়া দিলে প্রায়ই পুড়িয়া যায় না । পুড়িয়া গেলে খিচুড়ী আহারের অযোগ্য হইয়া উঠে ।

ইহা গরম গরম খাইতে ভাল লাগে । খিচুড়ীর উপরে পূর্বের ভাজা পিয়াজগুলি সাজাইয়া দিলে দেখিতে এবং খাইতে ভাল হয় ।

মুগ ও মনুরের দাইলে খিচুড়ী পূর্বলিখিত প্রণালীমতে হইয়া থাকে । ছোলার দাইলের খিচুড়ীতে কিছু বিশেষ আছে । ছোলার দাইল শীঘ্র সিদ্ধ হয় না বলিয়া, চাউলের সহিত ভাজিবার পূর্বে উহা সিদ্ধ করিয়া লওয়া কর্তব্য । অথবা রন্ধনের পূর্বে উহা এক ঘণ্টা কাল ভিজাইয়া লইলে চলিতে

পারে। পরে পূর্বলিখিতমত পাকের ব্যবস্থা। বুটের দাইলে খিচুড়ী অতি উপাদেয় হয়।

কাঁচা মটরের ভুনি-খিচুড়ী।

বড় মটর ছাড়াইরা রাখিবে। চাউলের সহিত ইহা ভাজিতে হইবে না। যখন চাউল প্রায় সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে দেখিবে, তখন ইহা চাউলের সহিত মিশ্রিত করিয়া দিতে হইবে। মসলাদি পূর্ববৎই লইবে।

জরদ খিচুড়ী।

ইহাতে চাউল এবং দাইল ভাজিবার সময় জাফ্রাণ অথবা হরিদ্রা একটু দিতে হইবে। যেক্রপ পীত বর্ণ করিবার ইচ্ছা থাকে ঐ অনুসারে হরিদ্রা বা জাফ্রাণ দিবে। মসলাদি পূর্ববৎই দিবে।

দাউদখানি খেচরান্ন।

সচরাচর যেক্রপ নিয়মে খেচরান্ন পাক করা হইয়া থাকে, দাউদখানি খেচরান্ন পাক তাহা অপেক্ষা সম্পূর্ণ বিভিন্ন। যে নিয়মে এই খেচরান্ন পাক করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ । মাংস এক সের, ঘৃত এক সের, চাউল আধ সের, মুগের দাইল আধ সের, ডিম দুইটা, ধনে (আন্ত) এক তোলা, ধনে বাটা আধ তোলা, আদা খণ্ড এক তোলা, (বাটা) আধ তোলা, আন্ত পিয়াজ (আধ তোলা, পিয়াজ বাটা আধ পোয়া, জাফরাণ বাটা এক তোলা, দাকুচিনি কুচি এক আনা, ছোট এলাচ বাটা এক আনা, লবঙ্গ বাটা এক আনা, মরিচ বাটা এক আনা ।

প্রথমে আধ সের মাংস, আদা খণ্ড, আন্ত পিয়াজ, ধনে এবং পরিমিত লবণ জলসহ সিদ্ধ করিয়া সম্বরা দিবে ।

এদিকে অবশিষ্ট অর্দ্ধসের মাংস সূক্ষ্ম সূক্ষ্ম ধরণে খুরিয়া অর্দ্ধ সিদ্ধ করিবে এবং অর্দ্ধাংশ আদা বাটা, পিয়াজ বাটা ও আদাসিদ্ধ ডিমের হরিদ্রাংশ ঐ মাংসে মাখাইবে । এখন এই মসলাদি মাখা মাংসে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কুটি প্রস্তুত করিবে । কুটি প্রস্তুত হইলে তাহা ঘৃতে ভাজিয়া গন্ধদ্রব্য বাটা এবং অল্প পরিমাণে মাংসের ঘৃষ দিয়া শুষ্ক প্রলেহে পাক করিবে । পাক হইলে নামাইয়া রাখিবে ।

পূর্বে যে মাংসের ঘৃষ পাক করিয়া রাখা হইয়াছে, সেই মাংসসহ ঘৃষে চাউল ও দাইল এবং অবশিষ্ট মসলা মিশাইয়া পাক করিবে । অল্প পরিমাণে ঘৃষ থাকিতে থাকিতে কুটি, মাংস ও জাফরাণ বাটা মিশাইয়া ঘৃতে সম্বরা দিয়া দমে বসাইবে । অনন্তর দম হইতে নামাইয়া লইলেই দাউদখানি খেচরান্ন পাক হইল । কেহ কেহ আবার পরিবেশনকালে

ডিমের খেত ভাগে লবণ মাখাইয়া ঘূতে ভাজিয়া খেচরান্নের উপর ছড়াইয়া দিয়া থাকেন ।

মোকশর খেচরান্ন ।

অতি সুগাঢ় বলিয়া মোকশর খেচরান্ন বিশেষরূপ সমাদৃত । যে নিয়মে এই খেচরান্ন পাক করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে ।

উপকরণ ও পরিমাণ । মাংস দেড় সের, চাউল আধ সের, সোণামুগের দাইল আধ সের, স্বত আধ সের, আস্ত দারুচিনি এক আনা, দারুচিনি চূর্ণ এক আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ এক আনা, লবঙ্গ চূর্ণ এক আনা, আস্ত লবঙ্গ এক আনা, পিয়াজ আধ পোয়া, পিয়াজ বাটা এক ছটাক, আস্ত ধনে দেড় তোলা, ধনে বাটা আধ তোলা, আদা দেড় তোলা, জাফরান বাটা দেড় তোলা, আস্ত মরিচ এক আনা, মরিচ চূর্ণ এক আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা ।

প্রথমে মাংস খণ্ড খণ্ড আকারে কুটিয়া লইবে । তৎপরে এই মাংস খণ্ড, আস্ত পিয়াজ, আদা, লবণ এবং জল এক সঙ্গে জালে চড়াইবে এবং মাংস সুসিদ্ধ হইলে জাল হইতে নামাইয়া পরিষ্কৃত কাপড়ে ছাঁকিয়া ঘৃষ পৃথক করিবে । আর আদা ও পিয়াজ হইতে মাংস পৃথক করিয়া উহা পুনর্বার ঘৃষে মিশাইয়া লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া মাতলাইবে । এক ফুট ফুটিলে জাল হইতে নামাইয়া মাংস ও বোল পৃথক পৃথক পাত্রে রাখিবে ।

এখন মাংসে পিয়াজ বাটা, ধনে বাটা, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ, মরিচ চূর্ণ দিয়া পরিমিত ঘূতে শুদ্ধ প্রলেহে পাক করিয়া জাকরণ বাটা মিশাইয়া তাহা দমে বসাইয়া রাখিবে ।

অনন্তর পূর্বপ্রস্তুত যুষে চাউল ও দাইল পাক করিবে । পরে তাহাতে অথগু গন্ধদ্রব্য ও মরিচ দিয়া শুদ্ধ প্রলেহে পাক করিবে । যখন দেখিবে সুপক হইয়া আসিবার উপক্রম হইয়া আসিতেছে, সেই সময় সমুদায় ঘৃত ও দমে স্থাপিত মাংস উহাতে ঢালিয়া দিয়া এক ঘণ্টা তপ্ত অঙ্গারে বসাইয়া রাখিবে । পরে নামাইয়া লইলে মোকশ্বর খেচরান্ন পাক সমাপ্ত হইল ।

কট্‌খেচরান্ন ।

যে যে উপকরণ দ্বারা কট্‌খেচরান্ন পাক করিতে হয় তাহা পাঠ কর ।

উপকরণ ও পরিমাণ । মাংস এক পোয়া, চাউল এক পোয়া, ঘৃত আধ সের, সোণামুগের দাইল এক পোয়া, জাকরণ বাটা এক আনা, দাকচিনি চূর্ণ দুই আনা, ছোটেলক চূর্ণ দুই আনা, লবঙ্গ চূর্ণ দুই আনা, মরিচ চূর্ণ এক আনা, ধনে বাটা দেড় তোলা, পিয়াজ আধ পোয়া, আদা বাটা দেড় তোলা, লবণ সাড়ে চারি তোলা ।

মাংস টুকরা টুকরা করিয়া লইবে । পরে উপযুক্ত পরিমাণ ঘৃত আলে চড়াইয়া পিয়াজ ভাজিতে থাকিবে । পিয়াজ ভাজা

দ্বিতীয় পারচ্ছেদ ।

হইলে তাহাতে মাংস ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে চাড়িতে থাকিবে।
যখন দেখা যাইবে মাংসের রস বাহির হইয়া শুক হইয়াছে, তখন
তাহাতে ধনে ও আদা বাটা, পবিমিত্ত লবণ এবং জল ঢালিয়া
দিয়া শুক প্রলেহে পাক করিবে ।

এদিকে চাউল ও দাইল জলে অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া
ফেলিবে এবং তাহাতে অবশিষ্ট উপকরণ সমূহ মিশাইয়া মাংসে
ঢালিয়া দিয়া একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া চাডিয়া দমে বসাইয়া
রাখিবে । অনন্তর দম হইতে নামাইয়া লইলেই কটুখেচরান্ন
পাক হইল ।

তৃতীয় পরিচ্ছেদ ।

পলান্ন প্রকরণ ।

অতি প্রাচীনকাল হইতে এদেশে পলান্ন প্রচলিত আছে ।
প্রাচীন সংস্কৃত গ্রন্থে পলান্নের নাম এবং বন্ধনপ্রণালী লিখিত
দেখিতে পাওয়া যায় । মুসলমানদিগের সময় হইতে পলান্ন
এই শব্দের অপভ্রংশ পোলাও নাম প্রচলিত হইয়াছে । পল
শব্দে মাংস এবং অন্ন শব্দে ভাত এই দুইটা শব্দ একত্রিত হইয়া
(অর্থাৎ মাংস ও অন্ন এক সঙ্গে পাক করা হইয়া থাকে বলিয়া)

পলান্ন শব্দ উৎপন্ন হইয়াছে। প্রথমে মাংস ও চাউল এবং নানা-বিধ মসলা সংযোগে পোলাও প্রস্তুত হইত। তদনন্তর মাংসের পরিবর্তে কেবল মৎস্য এবং অবশেষে নিরামিষ পোলাও রন্ধন-প্রথা প্রচলিত হয়। পাকরাভেদে প্রভৃতি গ্রন্থে যে নিয়মে পোলাও রান্না করার ব্যবস্থা দেখিতে পাওয়া যায়, এক্ষণে তদ-প্রেক্ষা নানাবিধ নূতন নতন নিয়ম প্রকাশিত হইয়াছে। মুসল-মানদিগের রাজত্বকালে এদেশে পলান্ন এবং মাংস প্রভৃতির রন্ধনগত বিস্তর উন্নতি সাধিত হইয়াছে। কারণ মুসলমান খাদ্যসাহায্য অত্যন্ত ভোগবিলাসী ছিলেন, এজন্য রসনা পরি-ভূষ্টির নিমিত্ত অধিক পরিমাণে ঘৃত মসলাদি ব্যবহার দ্বারা উহা যতদূর উপাদেয় হইতে পাবে তাহা করা হইয়াছিল। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, পৃথিবীর মধ্যে মুসলমানদিগের খাদ্য মাংসাদি অতি গুরু-পাক এবং যার-পর-নাই উপাদেয়।

ইয়ুরোপীয়দিগের মধ্যেও আজ কাল পোলাও ব্যবহার প্রচলিত হইয়াছে। কিন্তু তাহা অতি সামান্য পরিমিত ঘৃত দ্বারা পাক হইয়া থাকে। ইয়ুরোপীয়দিগের খাদ্যমাত্রাই প্রায় গুরু-পাক করা হয় না; এজন্য উহা অত্যন্ত পুষ্টিকর এবং সহজে পরিপাক হইয়া থাকে। কালের পরিবর্তনের সঙ্গে সঙ্গে খাদ্য-দিগও রুচিগত প্রভেদ দেখিতে পাওয়া যায়। সুতরাং পূর্বের জায় অধিক ঘৃত মসলাদি দ্বারা রন্ধন করিলে যে খাদ্য প্রস্তুত হইয়া থাকে তাহা এক্ষণে অনেকের নিকট আদরণীয় হয় না। এমন কি অনেকে পলান্নের কেবলমাত্র আশ্বিনের জলে মসলাদি

ব্যবহার করিয়া থাকেন ; তড়ির পল্লবের সহিত তেজপত্র, লবঙ্গ প্রভৃতিরও ব্যবহার পরিত্যাগ করিতে দেখা যায়

অনেক প্রকার নিয়মে পোলাও রাঁধিতে পারা যায় এবং রাঁধিবার নিয়মানুসারে উহা লঘু কিম্বা গুরু-পাক হইয়া থাকে । গুরু-পাক খাদ্য প্রস্তুত করিতে হইলে তাহাতে প্রায় ব্যয় অধিক পাড়িয়া থাকে ।

পলান্ন বা পোলাও ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—ছাগ-মাংস এক সের, ঘৃত অর্ধ সের, গোটা ধনে দুই তোলা, পেশোয়ারিচাউল এক সের, পিয়াজ (ইচ্ছা হইলে ভ্যাগ করিতে পারা যায়) অর্ধ পোয়া, আদা দুই তোলা, লবণ আড়াই তোলা, ছোট এলাচ অর্ধ তোলা, দারুচিনি এক তোলা, লবঙ্গ দুই তোলা, কাবাবচিনি অর্ধ তোলা, গোলমরিচ দুই তোলা, সাজীরা দুই আনা, তেজপত্র অর্ধ তোলা, জাফরাণ বা হরিত্রা এক তোলা ।

মোগলাই খিচুড়ীতে যেরূপ নিয়মে চাউল ধুইয়া লইবার কথা লিখিত হইয়াছে, পোলাওয়ের চাউলও সেইরূপ নিয়মে পরিষ্কার করিয়া লইতে হয় ।

পোলাও রাঁধিবার পূর্বে প্রথমে জল প্রস্তুত করিয়া লইতে হয় । পিয়াজ, রসুন এবং আদাগুলি বেশ করিয়া ধোয়া ছাড়াইতে হইবে । ধোয়া ছাড়ান হইলে উহা ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র ভাগে

কাটিতে হইবে । পরে ধনে দুই তোলা, পিয়াজ এক ছটাক, রসুন আধ তোলা, আদা এক তোলা, গোলমরিচ এক তোলা, কাবাবচিনি আধ তোলা, হরিদ্রা (বাটা কিম্বা ছেঁটা) এক তোলা, একখানি কাপড়ে পুটলী করিয়া বাঁধিয়া একটা হাঁড়ি বা ডেক্‌চিতে জলের সঙ্গে সিদ্ধ করিতে হইবে । এই জলে পূর্বোক্ত মাংসগুলিও ছাড়িয়া দিতে হইবে । হাঁড়ির জলে সমুদায় মসলা এবং মাংসাদি দেওয়া হইলে একখানি সরিষা দ্বারা ঐ হাঁড়ির মুখ বেশ করিয়া ঢাকিয়া দিয়া জাল দিতে হইবে এবং আন্নাঙ্গ এক সের জল থাকিতে থাকিতে উহা নামাইতে হইবে । এই সময় জলের রঙ লাল বর্ণ হইয়া উঠিবে এবং উহা হইতে এক প্রকার স্পন্দ বাহির হইয়া নাসিকা পরিপূর্ণ করিয়া তুলিতে থাকিবে ।

অনন্তর হাঁড়ির জল একখানি পরিষ্কার কাপড়ে করিয়া ছাঁকিয়া লইয়া মাংসগুলি স্বতন্ত্র পাত্রে তুলিয়া রাখিতে হইবে । পরে লিখিত ঘৃত হইতে এক ছটাক ঘৃত একটা পাক-পাত্রে করিয়া জালে চড়াইতে হইবে এবং ঘৃত পাকিয়া আসিলে তাহাতে এক তোলা পিয়াজ চাকা চাকা করিয়া কুটিয়া ছাড়িয়া দিতে হইবে । বখন উহার রঙ বাদামী ধরণের হইবে, তখন ঘৃত সমেত পিয়াজগুলি অল্প পাত্রে ঢালিয়া রাখিতে হইবে । পরে আর এক ছটাক ঘৃত জালে চড়াইতে হইবে এবং তাহার গাঁজা মরিয়া আসিলে সেই সময় তাহাতে অর্ধেক পরিমাণ তেজপত্র দিয়া নাড়িতে হইবে । তেজপত্রগুলি আধ ভাজা

হইলে তাহাতে ঐ কাপড়ের ছাঁকা আক্‌নির জল ঢালিয়া দিয়াই নামাইতে হইবে। পুনর্বার আর এক ছটাক ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহার ফেণা মরিয়া আগিলে সেই সময় সমুদায় সাজীরা তাহাতে দিয়া আধ ভাজা হইলে ঐ আক্‌নির জল ঢালিয়া দিয়া সাঁতলাইয়া লইতে হইবে। সাঁতলান হইলে তাহা নামাইয়া আর একটি পাত্রে বেশ করিয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। এক্ষণে পাক-পাত্রে অবশিষ্ট ঘৃত জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহা পাকিয়া আসিলে পূর্কযুক্ত মাংসগুলি ঐ ঘৃতে ঢালিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে; নাড়িতে নাড়িতে মাংসের যখন বাদামী রং হইবে, তখন গোলমরিচ, কুচি কুচি দারুচিনি, লবঙ্গ, এলাইচ, (একটু ছেঁচিয়া) এবং অবশিষ্ট তেজপত্রগুলি দিয়া পূর্কের ছায় নাড়িতে হইবে এবং যখন মাংসের সম্পূর্ণ বাদামী রং হইবে, তখনই পূর্কপ্রস্তুত করা চাউল উহাতে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে চাড়িতে হইবে। চাউলের রং কিছু লালচে হইলে আক্‌নির জল উহাতে ঢালিয়া দিতে হইবে। জল দেওয়ার পর ঘৃত সমেত ভাজা পিয়াজগুলি এবং লবণ উহাতে ঢালিয়া দিয়া একখানি আবরণ অর্থাৎ সরিষা দ্বারা উত্তমরূপে ঢাকিয়া দিতে হইবে। ছইবার ফুটিয়া উঠিলে ঢাকনি সমেত উনান হইতে নামাইয়া জলন্ত অঙ্গারের উপর ঐ পাত্রটী বসাইতে হইবে। হাঁড়ি বা ডেক্‌চির নীচে যেক্রপ জলন্ত অঙ্গার দেওয়া হইবে, সেইরূপ ঐ পাত্রের উপর (অর্থাৎ সরিষার উপর) জলন্ত অঙ্গার রাখিতে হইবে। পোলাও যদি একরূপ অবস্থায় রাখা

“দম” দেওয়া কহে। হাঁড়ির মুখ যদি ভালরূপ ঢাকানা পড়ে, অর্থাৎ কোন দিক ফাক থাকে, তাহা হইলে ভাপ বাহির হইবার সম্ভব। ভাপ বাহির হইলে চাউল সুসিদ্ধ হওয়ার ব্যাঘাত জন্মে, এজন্য ঢাকনির চারিদিকে একটু মঘদাব আঠা কবিতা লেপিয়া দিলে চলিতে পারে। আন্যাজ ১৫ মিনিট এতরূপ দাম বাখিলেই উহা সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। ১৫ মিনিট পবে ঢাকনি খুলিলে যদি পোলাওয়ে কিছুই ভলের ভাগ থাকে বোধ হয়, তবে পুনরায় ঐরূপ নিয়মে “দমে” বসাইলেই উহা শুদ্ধ হইয়া আসিবে। পবিবেশনের সময় একবার সমস্ত পোলাও ওলট পালট কবিতা লইলেই আলাবের উপযোগী পোলাও প্রস্তুত হইবে।

পোলাও প্রস্তুত সম্বন্ধে নানা প্রকার নিবম আছে। ভিন্ন ভিন্ন নিয়মে বন্ধন কবিলে আত্মাদন ও ওণের কপ্তান্তব হইবা থাকে। এজন্য আনাদিগের ইচ্ছা, আমবা এক এক প্রকাব পোলাও প্রস্তুত কবিতাব বন্ধন-প্রণালী প্রবাস করিব এবং পাঠক ও পাঠিকাগণ সেই নিবমানুসাবে বন্ধন কবিতা আত্মীয় স্বজনের রসনার তৃপ্তি-সাধন কবিতা থাকিবেন।

ইছদী পোলাও ।

দেশীয়গণের মধ্যে অনেকেই ইছদীজাতিব বন্ধন সম্বন্ধে অনভিজ্ঞ। পৃথিবীর মধ্যে যত প্রকার বন্ধন-প্রণালী প্রচলিত

আছে, তন্মধ্যে ইহুদিজাতির রন্ধনের নিয়ম কোন অংশে হীন নহে, বরং কোন কোন বিষয়ে তাঁহারা পৃথিবীর অন্যান্য জাতিকে পরাজিত করিয়াছেন। সুতরাং ইহুদিদিগের উত্তমোত্তম রন্ধনের নিয়ম দেশ মধ্যে প্রকাশ হইলে আমাদের খাদ্যাদির বিশেষ উন্নতি সাধিত হইতে পারে, এই জন্ত একটা সহস্র পোলাও রান্নাবার প্রণালী এস্থলে উল্লিখিত হইল।

উপকরণ পরিমাণ।—মাংস এক সের, ঘৃত এক সের, চাউল এক পোয়া, সোণানুগের দাইল এক সের, আলু (চারি চাকা করিয়া) এক পোয়া, জল (গরম) আড়াই সের, লবণ চারি তোলা, সাজীরা আধ তোলা, নামরিচ কেঁচু তোলা, ধনে বাটা দুই তোলা, জীরানরিচ বাটা দুই তোলা, আদা বাটা এক তোলা, আদার কুচি এক তোলা তেজপাতা কুড়িয়ানি, জাকরাণ আধ আনা, ছোট এলাচ আধভরি, লবঙ্গ আধভরি, দারুচিনি ছয় আনা, মিছরি এক তোলা, পিরাঙ্গ এক পোয়া, রসুন গোটা এক তোলা, গোলাপী আতর দুই বিন্দু।

রান্নাবার ব্যবস্থা।—এই পোলাও রান্নিতে হইলে অগ্রে মাংসগুলি রান্নাবার উপযোগী করিয়া লইতে হয়। চর্কি ও অস্থিশূন্য মাংস সমূহ অতি ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র আকারে কুটিতে হইবে এমন কি উহা ছোলের আকারে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র হইলে ভাল হয়। ইহুদি পোলাওয়ে মাংস বড় ক্ষুদ্র করা যায়, ততই উহা অতি সুখাদ্য এবং উপাদেয় হইয়া উঠে। মাংস কুটির লওয়া হইলে যোগলাই খিচুড়ী রান্নাবার নিয়মানুসারে চাউল ৫

দাইল ধুইয়া শুকাইয়া লইতে হয়। উহা শুক হইলে একটা হাঁড়িতে এক পোয়া ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহার গাঁজা মরিয়া আসিলে তাহাতে মাংস, তেজপত্র, পিয়ারু, রসুন ও আদার কুচি দিয়া উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। এইরূপ অবস্থায় থাকিলে কিয়ৎক্ষণ পরে দেখা যাইবে ঐ মাংস হইতে অধিক পরিমাণে জল বাহির হইয়াছে। যতক্ষণ পর্য্যন্ত মাংসের জল শুক হইয়া না আইসে, ততক্ষণ মধ্যো মধ্যো এক একবার ঢাকনি খুলিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে। অনন্তর জল শুক হইলে উহাতে ছোট এলাইচ, দারুচিনি, লবঙ্গ ও জাফরাণ দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া চাউল, দাইল এবং আলুগুলি ঢালিয়া দিতে হইবে। হাঁড়ির মধ্যস্থ সমুদায় দ্রব্যগুলি বাহ্যতে মিশ্রিত হইতে পারে এতন্ত এই সময় আর একবার উত্তমরূপ করিয়া নাড়িয়া দিলে ভাল হয়। পরে আধ সের ঘৃত উহাতে ঢালিয়া দিয়া খুস্তি দ্বারা অনবরত নাড়িতে হইবে। যখন দেখা যাইবে, দুই একটা চাউল ফুটিতে আরম্ভ হইয়াছে, সেই সময় উহাতে সা-জীরা, সা-মরিচ দিয়া একবার নাড়িয়াই সমস্ত বাটা মসলাগুলি ঢালিয়া দিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে। বাটা মসলা সমূহ আধ ভাজা হইলে পুনরায় উহাতে আধ পোয়া ঘৃত এবং বাদাম, পেস্তা দিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে আন্দাজ দুই আনা চাউল ফুটিতে আরম্ভ হইয়াছে, সেই সময় আর বিলম্ব না করিয়া গরম জল ক্রমে ক্রমে উহাতে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। সমুদায় জল দেওয়া হইলে লবণ

দিয়া একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। যে পর্য্যন্ত চাউল ও দাইল প্রভৃতি উত্তমরূপে সুসিদ্ধ না হইবে, সেই অবধি মধ্যে মধ্যে এক একবার ঢাকনি খুলিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে। এবং সমুদায় সুসিদ্ধ হইলে অপর একটা পাক-পাত্রে অবশিষ্ট দ্রব্য চড়াইয়া কিস্মিস্গুলি অল্প ভাজিয়া উহাতে ঢালিয়া দিতে হইবে। এই সময়ে লেবুর রস, মিষ্টির পোলাওয়ে ঢালিয়া দিয়া উনান হইতে হাঁড়ি নামাইয়া বেশ করিয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। নানাইবার দশ মিনিট পরে উহাতে আতব দিয়া আর একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া পুনর্বার কুড়ি মিনিট উহা ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। অনন্তর পরিবেশন করিবার সময় উহার স্তূপক্ষে ভোক্তা-দিগের রসনা বাস্ত হইয়া উঠিবে। এই তৃপ্তি-কর উপাদেয় খাদ্য যিনি একবার আহার করিবেন, তাহার রসনা চিরদিন ইহুদি পোলাওয়ের নামে নাচিয়া উঠিবে। যদিও এই সকল খাদ্যে কিছু ব্যয় অধিক পড়িয়া থাকে, কিন্তু সকল সময় না হউক, মধ্যে মধ্যে অনেকেই উহা রন্ধন করিয়া ভোজনের পরমানন্দ উপভোগ করিতে পারেন।

মৎস্যের পোলাও।

মৎস্য ও মাংস দ্বারা নানা প্রকার নিয়মে পোলাও প্রস্তুত করিতে পারা যায়। ভিন্ন ভিন্ন নিয়মে রন্ধন করিলে পোলাও-

যের ভিন্ন ভিন্ন রকম আঁস্থান হইয়া থাকে। পোলাও অতি সুখাদ্য। একজন্য সকলেরই উহার রন্ধন-প্রণালী শিখিয়া রাখা আবশ্যক। ভারতবর্ষে অতি প্রাচীন কাল হইতে পলাশ অর্থাৎ পোলাও রাখিয়া আহাঁরের ব্যবস্থা দেখিতে পাওয়া যায়।

আমরা এই প্রস্তাবে মাচের একটী সহজ গোলাও রন্ধন করিবার নিয়ম লিখিতে প্রবৃত্ত হইলাম।

উপকরণ ও পরিমাণ : মৎস্য খণ্ড (১) দেড় সের, চাউল এক সের, রুত এক পোয়া, আদা ছেঁচা আধ পোয়া, ধন ছেঁচা আধ পোয়া, তেজপাতা দুই তোলা, লবণ চারি তোলা, গোলমরিচ ছেঁচা এক তোলা, লবঙ্গ দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, দারুচিনি দুই আনা।

পোলাও আদি রন্ধন করিবার পক্ষে যে, পাকা মাচ লাগিয়া থাকে ইহা সকলেরই মনে রাখা আবশ্যক। বড় রকম মাচ মোটা মোটা করিয়া কুটিয়া বেশ করিয়া অধিক জলে ধুইয়া হইতে হইবে। এখন একটী হাঁড়ি অথবা ডেক্চিতে আদা, ধনে, মরিচ এবং মাচগুলি রাখিয়া তাহাতে দুই সের পরিমাণ জল ঢালিয়া দিয়া উহার মুখ বন্ধ করিয়া রাখ। উনানে ঐ পাত্রটি চড়াইয়া দিয়া জাল দিতে আরম্ভ কর। যখন দেখা যাইবে যে, জল আধ সের আছে এবং উহার লাল্ছে গোছের রঙ হইয়াছে, তখন তাহা জাল হইতে নামাইয়া রাখ।

(১) রোহিত, মুগেল ও কাতলা এবং তদুভাবে ভেটকী হইলেও দন্দ হয় না।

এখন একখানি পরিকৃত কাপড়ে ঐ আখ্নির জল ছাঁকিয়া মৎস্য ও জল পৃথক পৃথক পাত্রে রাখ। এদিকে একটি পাক পাত্রে স্বত চড়াইয়া তাহাতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া আখ্নির জল সম্বরা দাও। এবং একবার ফুটিয়া উঠিলে তাহা নামাইয়া একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ। যে পাত্রে আখ্নির জল সম্বরা দেওয়া হইয়াছে, সেই পাত্রটী পরিস্কার করিয়া তাহাতে আবার স্বত চড়াও এবং উহাতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া মৎস্যগুলি সঁতলাইয়া লও। সঁতলান হইলে উহা নামাইয়া রাখ।

এদিকে ভাত রাঁধিবার নিয়মানুসারে পোলাওয়ার চাউল-গুলি ঝাড়িয়া এবং ধোত করিয়া একটি হাঁড়িতে করিয়া ভাত রাঁধিতে থাক। যখন দেখা যাইবে উহা আধসিদ্ধ হইয়াছে, তখন তাহার জল ছাঁকিয়া সেই অর্ধসিদ্ধ চাউলগুলি আখ্নির জলে সুসিদ্ধ করিতে হইবে। অর্থাৎ হাঁড়ি বা ডেক্‌চির ওলায় প্রথমে অল্প পরিমাণে গরম স্বত ঢালিয়া তাহার উপর তেজপত্র সাজাইতে হইবে। এই সময় গন্ধ মসলাগুলি অল্প ছেঁচিয়া অর্ধেক মাচের সহিত এবং অর্ধেক সিদ্ধ চাউলের সহিত মিশাইতে হইবে। এখন ঐ সজ্জিত তেজপত্রের উপর এক থাক মাচ সাজাও এবং তাহার উপর আবার তেজপত্র সাজাও। এইরূপ নিয়মে একবার তেজপত্র এবং একবার অর্ধসিদ্ধ তুল সাজাইতে সাজাইতে যখন দেখা যাইবে সমুদায় শেব হইয়াছে, তখন তাহার উপর আখ্নির জল, লবণ এবং সমুদায় স্বত ঢালিয়া হাঁড়িটার মুখ একখানি পরিকৃত নেকড়া দ্বারা ঢাকিয়া

দিয়া তাহার উপর সরা চাপা দিয়া তিন ক্লোয়ার্টার তৎ
অঙ্গারের উপর দাঁড় রাখিলেই মাচের পোলাও প্রস্তুত হইল
মাচের যে কয়েক প্রকার পোলাও রন্ধন করিবার নিয়ম আছে
তন্মধ্যে এই নিয়মটি অতি সহজ এবং সামান্য ব্যয়-সাধ্য।

সুপক্ক আত্মের বিষ্ণু-ভোগ।

বিষ্ণু-ভোগ হিন্দুদিগের মধ্যে অতি পবিত্র খাদ্য। দেব
সেবায়, বিধবদিগের ব্যবহারে উহার সমধিক আদর। অতি
প্রাচীন কাল হইতে এই উপাদেয় খাদ্যটি ভারতের কোন কোন
স্থানে ব্যবহার হইয়া আসিয়াছে। ৮বৃন্দাবন ধাম, মথুরা প্রভৃতি
অনেক স্থানেই উহার আদর দেখা যায়। হিন্দুবিধবদিগের
পক্ষে এবং নিরামিষ-ভোজীদিগের ব্যবহারে এরূপ পবিত্র অথচ
উপাদেয় রসনা-সুখ-কর পুষ্টি-কর খাদ্য অতি অল্পই দেখা যায়
বাহারা বিষ্ণু হিন্দু-প্রণামী অল্পসারে দেব-ভোগ প্রভৃতি কার্যে
ব্যবহার করিতে ইচ্ছা করেন, তাহাদিগের নিকট বিষ্ণু-ভোগ
একটি আদরণীয় খাদ্য। বিষ্ণু-ভোগ এক প্রকার মিষ্ট পলায়
বিশেষ। এই পলায়ে মৎস্য কিম্বা মাংস কোন প্রকার আমিষ
ব্যবহার হয় না, বৈষ্ণব-ধর্মাবলম্বীগণ বিষ্ণু-ভোগে ব্যবহার
করিতেন, বলিয়াই উহার নাম বিষ্ণু ভোগ হইয়াছে। কোন
সময় হইতে এবং প্রথমে ভারতবর্ষের কোন স্থানে যে, এই
সুখাদ্য পলায়ের ব্যবহার আরম্ভ হয়, তাহার ঠিক হইতে

জানিবার কোন উপায় দেখিতে পাওয়া যায় না। প্রাচীন আৰ্য্য-জাতি খাদ্যাদি সম্বন্ধে যে, কিরূপ উন্নতি সাধন করিয়াছিলেন, এই বিষ্ণু-ভোগ আহার করিয়া দেখিলে তাহা সহজেই বুঝিতে পারা যাইবে। যাহারা ইংরাজী খাদ্যে অধিক অনুরক্ত, তাঁহারা যেন ইহা একবার ব্যবহার করিয়া দেখেন।

উপকরণ ও পরিমাণ।—পুরাতন মিহি আতপ চাউল এক সের, গো-দুগ্ধ (১) দুই সের, গাওয়া ঘৃত আধ পোয়া, মিছরি আধ পোয়া, আমের রস (২) এক সের, কিস্মিস্ আধ পোয়া, ছোট এলাইচের দানা চারি আনা, দারুচিনি কুচি চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, আদার রস এক ছটাক, জায়ফলের গুঁড়া আধ আনা, কপূর এক ধান।

প্রথমে পুরাতন আতপ চাউল বেশ করিয়া কাড়িয়া বাঁড়িয়া ধৌত করিয়া লইতে হইবে। উহা একরূপভাবে ধৌত করিতে হইবে যেন কোন প্রকার ময়লা না থাকে। অর্থাৎ অধিক পরিমাণ ভাসা জলে ধৌত করিতে করিতে যখন চাউল ধোয়া

(১) নিজ্জলা হইলেই ভাল হয়।

(২) সুমিষ্ট আম্র একখানি পরিষ্কৃত কাপড়ে ছাঁকিয়া রস লইতে হইবে। টক আম হইলে দুগ্ধ নষ্ট হইয়া যাইবে, ইহা যেন মনে থাকে। যাহারা দেবসেবা ভিন্ন অপর কার্য্যে ব্যবহার করিতে ইচ্ছা করেন, তাঁহারা আম্রের রস দিবাকর সময় সেই সঙ্গে দেড় তোলা পরিষ্কার সৈন্ধব লবণ মিশ্রিত করিয়া লইবেন। যাহাতে বিষ্ণুভোগ সমধিক সুস্বাদু হইয়া থাকে।

জল, অল্প রঙের না হইয়া জলের স্বাভাবিক রঙ দেখা যাইবে, তখন উহা উত্তমরূপ দোত করা হইল মনে করিতে হইবে। এই দোত চাউলগুলি একখানি পরিষ্কৃত পাত্রে ছড়াইয়া দিয়া বাতাসে শুকাইয়া লইতে হইবে।

এদিকে একটী হাঁড়িতে তিন ছটাক ঘৃত আলে চড়াইয়া তাহার গাঁজা মরিয়া আসিলে, তাহাতে কিস্মিস্‌গুলি আধ-ভাজা করিয়া অন্য একটী পাত্রে তুলিয়া রাখিতে হইবে। কিস্মিস্‌ তুলিয়া লইয়া সেই ঘৃতে দারুচিনির কুচি, এলাচের দানা ও লবঙ্গ প্রত্যেকের অর্দ্ধেক পরিমাণ দিয়া ভাজা ভাজা হইলে, তাহার উপর পূর্বপ্রস্তুত চাউলগুলি দিয়া নাড়িতে হইবে। এবং আদার রসও সেই সঙ্গে দিতে হইবে। জালের উপর এইরূপ অবস্থায় নাড়িতে নাড়িতে যখন দেখা যাইবে যে, চাউলের অধিকাংশই চূড়্‌ চূড়্‌ করিয়া কুটিতে আরম্ভ হইয়াছে, সেই সময় তাহাতে অল্প অল্প করিয়া গরম দুগ্ধ খাওয়াইতে হইবে, কিন্তু নাড়া বন্ধ করা হইবে না। দুগ্ধ দেওয়া শেষ হইলে একখানি পরিষ্কৃত ঢাকনি দ্বারা পাক-পাত্রের মুখ বেষ্ট করিয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। বিষ্ণু-ভোগ রাখিতে হইলে অধিক জল দেওয়া উচিত নহে, একখানি কাঠের মৃৎ-জালে পাক করা আবশ্যক; কারণ অধিক জালে উহা ধরিয়া বাইবার সম্ভব। চাউল সুশুদ্ধ হইয়া আসিলে তাহাতে আমের রস এবং মিছরি ঢালিয়া দিয়া একবার ধীরে ধীরে নাড়িয়া চাড়িয়া পুনরায় পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। এই সময় উনায়ে জাল

বন্ধ করিয়া পাকপাত্র কেবলমাত্র তপ্ত অঙ্গারের উপর বসাইয়া রাখিলেই হইবে। কিছুক্ষণ এইরূপ অবস্থায় থাকিলে উহার রস মরিয়া আসিবে। রস মরিলে কিস্মিস্, অবশিষ্ট ছোট এলাচের গুঁড়া এবং সমুদায় ঘৃত দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া পাত্রটা নামাইয়া শীতল স্থানে রাখিতে হইবে এবং এক দণ্ড পরে ঢাকনিটা খুলিয়া জায়ফলের গুঁড়া ও কপূর দিয়া আর একবার সিক কাটি দ্বারা নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। অনন্তর অর্দ্ধ দণ্ড পরে ঢাকনি খুলিয়া ভোক্তাদিগকে পরিবেশন করিবে। লিখিতরূপ নিয়মে পাক করিলেই বিষ্ণু-ভোগ প্রস্তুত হইল। আমরা আশা করি এই পবিত্র খাদ্য হিন্দুদিগের মধ্যে অত্যন্ত আদরের সহিত গৃহীত হইবে। এরূপ স্নিগ্ধ রসনা-তৃপ্তি-কর খাদ্যের আদর না হওয়াই আশ্চর্য্যের বিষয়।

(১) ঐবদ্য-শাস্ত্র মতে সুপক্ক আঙ্গুর গুণ বর্ণ, রুচি, মাংস, শুক্র ও বল-কারক, পিত্ত-বিরোধী, বায়ু-নাশক, হৃদয় এবং গুরু।

(২) রাজনির্ঘণ্ট মতে ত্রিদোষশমতাকারী, স্বাদু, পুষ্টি-জনক, তৃপ্তি ও কান্তি-কারক, তৃষ্ণা এবং শ্রম-শমকারক।

(৩) হৃৎকের সতিত আশ্র ভক্ষণ করিলে তাহার গুণ শীতল,

(১) বর্ণরুচিমাংসশুক্রবলকারিত্বং পিত্তাবিরোধিত্বং বায়ু-নাশিত্বং হৃদ্যত্বং গুরুত্বং । ইতি রাজবল্লভঃ ।

(২) অপিচ ত্রিদোষশমতাকারিত্বং স্বাদুত্বং পুষ্টি-জনকত্বং তৃপ্তি-কান্তিকারিত্বং তৃষ্ণাশ্রমশমনত্বক ।

(৩) হৃৎকুলাশ্র গুণাঃ-শীতলত্বং স্বাদুত্বং গুরুত্বং ত্রিধ্বং তেদ-কদম্ব-ভাতপিত্তহারিত্বং শুক্ররক্তবলবর্দ্ধকক । ইতি রাজনির্ঘণ্টঃ ।

শাহ, গুজ, সিন্ধ, ভেদক, বাত-পিত্ত-হারক এবং গুজ, রক্ত ও বল-বর্ধক।

শাদা পোলাও।

পোলাও রন্ধনের নিয়ম যে একরূপ নহে তাহা পূর্বে অনেকবার উল্লেখ করা হইয়াছে। ভোক্তাগণের কৃতি অনুসারে নানা প্রণালীতে ইহা রন্ধন হইয়া থাকে। আশ্বাদনের বিভিন্নতা অনুসারে ইহার বর্ণেরও বিভিন্নতা দেখিতে পাওয়া যায়। জরুদা, শাদা প্রভৃতি পোলাওয়ের অনেক প্রকার রঙ হইয়া থাকে। এত প্রকার পোলাও আছে যে, তদনুসারে এক সঙ্গে লিখিতে হইলে সত্তর একখানি বৃহৎ পুস্তক হইয়া উঠে। যে নিয়মে শাদা পোলাও পাক করিতে হয়, এস্থলে তাহাই লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, গোটা লবঙ্গ দুই আনা, গোটা এলাচ দুই আনা, দারুচিনি দুই আনা, দধি দেড় পোয়া, মরিচ চারি আনা, পিয়াজ (১) এক পোয়া, আদা দেড় তোলা, ধনে দেড় তোলা, কালজীরা দুই আনা, লবণ তিন তোলা, জল সতিন সের।

একটা পুটলিতে গোটাধনে, আদা, পিয়াজ বাঁধিয়া

(১) ইচ্ছা হইলে পরিত্যাগ করা যাইতে পারে।

হাঁড়ি কিম্বা ডেক্‌চিতে জলের সহিত আল দিতে হইবে । এই সময় ঐ জলে সমুদায় লবণ এবং মাংসও দেওয়া আবশ্যিক । মাংস পুটলিতে না বাঁধিয়া জলের উপর ঢালিয়া দিলেই চলিতে পারে । অন্ত্যান্ত পোলাওয়ের রন্ধন সময়ে যে নিয়মে আখনির জল প্রস্তুত করিয়া লইতে হয়, এই জলও সেই নিয়মে পাক করিয়া অর্দ্ধ সের থাকিতে নামাইয়া লইয়া মাংস এবং আখনির জল এক ছটাক ঘূতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সঁতলাইয়া লইতে হইবে ।

এদিকে পোলাওয়ের উপযুক্ত ভাল রকম চাউল পরিষ্কৃত করিয়া অন্ন রাঁধিবার নিয়মানুযায়ী অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া লইতে হইবে ।

পূর্বে যে আখনি প্রস্তুত করিয়া রাখা হইয়াছে, এখন সেই আখনি হইতে মাংস পৃথক করিয়া লইয়া দধিতে দুই ছটাক পরিমাণ ঐ জল নিশাইয়া তাহা মাংসে মাখিতে হইবে । অনন্তর জীরা ব্যতীত সমুদায় অথও মসলাগুলি ঐ মাংসে ছড়াইয়া দিয়া মৃৎ তাপ দিতে হইবে । রস মরিয়া আসিলে তাহাতে জীরা ছড়াইয়া দিয়া উনান হইতে নামাইয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে ।

পূর্বে যে অর্দ্ধ-পক অন্নের কথা বলা হইয়াছে, তাহা মাংস সাজান হাঁড়িতে সাজাইয়া তাহার উপর সমুদায় ঘূত ও অবশিষ্ট আখনির জল ঢালিয়া দিয়া রস শুক না হওয়া পর্য্যন্ত তন্তু অঙ্গারের উপর দমে রাখিয়া নামাইয়া লইলেই শাদ

পোলাও প্রস্তুত হইল। 'এই পোলাওয়ে আফরাণ কিম্বা হরিদ্রা আদৌ ব্যবহার হয় না।

আনারসের পোলাও।

প্রিয় গার্ঠক ও পাঠিকাগণ! একবার এই আনারসের পোলাও রন্ধন করিয়া পরীক্ষা কর, দেখিবে উহা কত মধুর এবং রসনার কেমন উপাদেয়। এমন উৎকৃষ্ট পলান্ন রন্ধন প্রণালী শিক্ষা করা সকলেরই পক্ষে কর্তব্য। যেক্রপ নিয়মে আনারসের পোলাও রাঁধিতে হয়, তাহার বিবরণ লিপিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, আনারস দেড় সের, ঘৃত দেড় পোয়া, চিনি আধ সের, পাতিলেবুর রস এক পোয়া, দাক্‌চিনি (গোটা) চারি আনা, লবঙ্গ (গোটা) চারি আনা, ছোট এলাচের দানা চারি আনা, আদা ছেঁচা তিন তোলা, ধনে ছেঁচা তিন তোলা, লবণ চারি তোলা, কাল জীরা এক তোলা, জল চারি সের

প্রথমে একটা হাঁড়িতে ধনে, আদা, লবণ তিন তোলা এবং মাংস দিয়া জলে সিদ্ধ করিতে হইবে এবং ঐ জলে যে আধুনি বা ঘৃষ প্রস্তুত হইবে, তাহা এক সের থাকিতে নামা-ইয়া একখানি পরিষ্কৃত নেকড়ায় ছাঁকিয়া লইয়া সিটেগুলি ফেলিয়া দিয়া অর্ধ ছটাক ঘূতে কালজীরা ফোড়ন দিয়া ঐ

আখনি মাংসের সহিত মাঁতলাইতে হইবে। মাঁতলান হইলে তাহা উনান হইতে নামাইয়া একটা স্বতন্ত্র পাত্রে মাংস ও আখনি পৃথক করিয়া ঢালিয়া রাখিতে হইবে।

এদিকে আনারসের ছাল ও চোক বাদ দিয়া খণ্ড খণ্ড আকারে কুটিয়া অবশিষ্ট লবণ মাখাইয়া বেশ করিয়া শীতল জলে ধুইয়া রাখিতে হইবে। এক্ষণে একটা সরু শলাকা দ্বারা তাহার গায়ে ছিদ্র করিতে হইবে। এখন একটা হাঁড়িতে পূর্ব রক্ষিত আখনির জল ও একসের কুটা আনারস দিয়া জ্বালে বসাইতে হইবে এবং অর্ধ সের থাকিতে নামাইয়া আনারস ও জল পৃথক করিতে হইবে।

এখন ঐ জলে লেবুর রস ও চিনি দিয়া পানক প্রস্তুত করিতে হইবে। পানকের অর্ধেক পৃথকভাবে স্বতন্ত্র পাত্রে রাখিয়া অপরার্ধে পূর্ব রক্ষিত আখনি সের আনারস দিয়া মৃদু জ্বাল দিতে হইবে এবং জল মরিয়া গা-নাখা গোছের হইলে তাহা নামাইয়া রাখিতে হইবে।

এইরূপে সমুদায় প্রস্তুত করা হইলে, পাক-পাত্রে অবশিষ্ট কালজীরা ছড়াইয়া তাহার উপর গোটা লবঙ্গ প্রভৃতি সমুদায় গন্ধ-মসলাগুলি ও মাংস সাজাইতে হইবে। সাজান হইলে পূর্ব রক্ষিত সিদ্ধ করা আনারসগুলি ঝিঙাইয়া তাহার রস দিয়া মৃদু তাপ দিবে, অনন্তর রস শুক হইয়া আসিলে পোলাশ ওয়ের উপযুক্ত পুরাতন চাউল জলে অর্ধ সিদ্ধ করিয়া তাহার মাড় গালিয়া ঐ অন্ন, পূর্ব প্রস্তুত মাংস সাজান হাঁড়িতে

লাজাইয়া তাহার উপর আত্নির জল ও ঘৃত দিয়া দমে বসাইতে হইবে। আধ ঘণ্টা পরে উহা নামাইয়া লইতে হইবে। পরিবেশনকালে পূর্বরক্ষিত অবশিষ্ট অর্ধ সের আনারস পোলাওয়ে ছড়াইয়া দিয়া নামাইয়া নাড়িয়া চাড়িয়া লইলেই উহা প্রস্তুত হইল। এখন ভোক্তাগণ উহা আহার করিয়া দেখুন, আনারসের পোলাওয়ের নামে তাহার রসনা লোলুপ ছইবে কি না।

কমলা লেবুর পোলাও।

কমলা লেবুর দ্বারা এই পোলাও প্রস্তুত হইয়া থাকে বলিয়া ইহাকে কমলা লেবুর পোলাও কহিয়া থাকে। কমলা লেবুর নিয়ম এক প্রকার নহে। অনেক প্রকার নিয়মে এবং মসলাদির পরিমাণ তারতম্য অনুসারে এই পলাল পাক হইয়া থাকে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—কমলা লেবুর কোয়া এক সের, ঐ রস আধ সের, চিনি বা মিছরি আধ পোয়া, চাউল আধ সের, ঘৃত এক পোয়া, ছোট এলাচের দানা দুই আনা, দারুচিনি দুই আনা, লবঙ্গ এক আনা, কিস্মিস্ আধ পোয়া, বাদাম আধ পোয়া, পেস্তা আধ পোয়া, জাফরান্ চারি আনা, কীর আধ পোয়া, লবণ এক তোলা, জল এক সের।

প্রথমে এক ছটাক ঘূতে বাদাম ও পেস্তা ভাজিয়া লও।

পরে তাহাতে কিস্মিন্ গুলি ভাজিয়া তুলিয়া রাখ। অনেক বাদাম ও পেস্তার সহিত কিস্মিন্ ভাজিয়া থাকেন কিন্তু তাহাতে একটী দোষ হয় যে, বাদাম ও পেস্তা ভাজিবার জন্য যে সময় পর্য্যন্ত আগুনে রাখিতে হয়, সে সময় অবধি রাখিলে কিস্মিন্ পুড়িয়া উঠে। কিস্মিন্ ভাজার পর ঐ পাক-পাত্রে পুনর্বার আধ পোয়া ঘৃত চড়াও এবং তাহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে গরম মসলাগুলি ছাড়িয়া দিয়া আপভাজা হইলে চাউল গুলি ঢালিয়া দাও। পোলাওয়ের চাউল প্রভৃতি যেকোন নিয়মে প্রস্তুত করিয়া লইতে হয়, তাহা ইতিপূর্বে অনেকবার উল্লেখ করা হইয়াছে। সুতরাং তাহা বারবার উল্লেখ করা অনাবশ্যক। ঘৃতে চাউল ঢালিয়া দিয়া ঘন ঘন নাড়িতে হইবে। এবং জুই একটী চাউল ছুটিতে আরম্ভ হইলে ক্রমে ক্রমে লেবুর রস থাওয়াইতে থাক। রস থাওয়ানর পর গরম জল ও লবণ দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দাও। পোলাওয়ে যে, মুছ তাল দিতে হয়, তাহা বোধ হয় সকলেই অবগত আছেন। যখন দেখা যাইবে যে, চাউল সিদ্ধ হইয়া আসিবার উপক্রম হইয়াছে, তখন তাহাতে লেবুর কোয়া, বাদাম, পেস্তা, কিস্মিন্, ক্ষীর এবং চিনি প্রভৃতি আর অবশিষ্ট সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দিয়া অল্পক্ষণ দমে রাখিয়া নামাইয়া লও, কমলায় প্রস্তুত হইল। কমলায় এক প্রকার মিষ্ট বা মিঠা পোলাও। উহা অত্যন্ত সুখাদ্য। লেবুর দোষে আবার পোলাওয়ের আশ্বাদন ভাল মন্দ হইয়া থাকে। লেবু যত উৎকৃষ্ট হইবে, কমলায়

যে, সেই পরিমাণে রসনা-তৃপ্তি-কর হইয়া থাকে, তাহা বলা
যাইল্য।

ছন্ধের কাশ্মীরি পোলাও ।

কাশ্মীরি পোলাও ছন্ধ দ্বারা রন্ধন করিতে হয় বলিয়া
উহাকে ছন্ধের পোলাও কহিয়া থাকে । কাশ্মীর এবং দিল্লী
প্রভৃতি স্থান সমূহে এই পোলাও বিশেষ আদরের সহিত ব্যব-
হৃত হইতে দেখা যায়। কাশ্মীরি পোলাও বাস্তবিক অত্যন্ত
সুখাদ্য। ভাল করিয়া রন্ধন করিতে পারিলে উহার আশ্বাদন
যে, কতদূর উপাদেয় হইয়া থাকে, যিনি তাহা একবার আহার
করিয়াছেন, তিনি কখনই সে আশ্বাদন ভুলিতে পারেন না।
অত্যন্ত পোলাও রন্ধনের নিয়ম অপেক্ষা কাশ্মীরি পোলাও
পাকের নিয়ম প্রভেদ দেখিতে পাওয়া যায়। এক্ষণে উহার
রন্ধন নিয়ম লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—চাউল এক সের, ছন্ধ (খাটি)
এক সের, মাংস এক সের, ঘৃত তিন পোয়া, ছোট এলাচ এক
তোলা, বড় এলাচ ছয়টা, দারুচিনি এক আনা, লবঙ্গ আধ
আনা, জয়ন্তী এক কাঁচা, তেজপত্র এক তোলা, লঙ্কা আটটা,
গোটাধনে আধ পোয়া, ছোলার দাইল আধ পোয়া, আদা ছেঁচা
আধ ছটাক, আদার রস আধ ছটাক, পিঁয়াজ বাটা এক ছটাক,
ক্ষীরা মরিচ এক তোলা, সা-ক্ষীরা এক তোলা, সা-মরিচ এক

তোলা, কাবাবচিনি এক তোলা, দধি আধ পোয়া, ক্ষীর চুৰ্ণ আধ পোয়া, বাঁদাম আধ পোয়া, পেস্তা এক ছটাক, কিসমিস, দেড় ছটাক, চিনি এক ছটাক, লবণ পাঁচ তোলা, জল সাড়ে চারিসের মরিয়া দুইসের থাকিবে।

কাশ্মীরি পোলাওয়ার পক্ষে পেশোয়ারি চাউলই একমাত্র প্রশস্ত। উহার অভাবে অন্যান্য পোলাওয়ার উপযুক্ত চাউল নির্বাচন করিয়া লইতে হয়। যে সকল চাউলে অধিক পরিমাণে ঘৃত প্রভৃতি টানিয়া লইতে পারে, সেই সকল চাউলে কাশ্মীরি পোলাও রাঁধিতে হয়, নতুবা লিখিত মসলায় জল টানিয়া লইতে পারিবে না।

অন্যান্য পোলাও পাকে যেরূপ নিয়মে আত্মনির জল প্রস্তুত করিয়া লইতে হয়। ইহার ক্ষত্রেও সেইরূপ নিয়মে জল পাক করিয়া লইতে হইবে। অর্থাৎ ঘনে, দাউল, আদাছেঁচা, জীরামরিচ, সা-জীরা, সা-মরিচ, কাবাবচিনি, লঙ্কা, লবঙ্গ, বড় এলাচ, জয়ন্তী, অর্দ্ধেক তেজপত্র এবং মাংস সমুদায় একখানি কাপড়ে বাঁধিয়া ডেক্‌চি অথবা হাঁড়িতে উহা চড়াইতে হইবে। এবং তাহাতে নিয়মিত জল ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া মুহূ জ্বাল দিতে হইবে। প্রবল জ্বালে বারবার জল উথলিয়া পড়িয়া থাকে। এজন্য জ্বাল সম্বন্ধে দৃষ্টি রাখা আবশ্যিক। উহা অধিকক্ষণ জ্বালে থাকিলে যখন দেখা যাইবে যে, সমুদয় জল মরিয়া দুই সেরমাত্র অবশিষ্ট আছে, অর্থাৎ উহার রঙ লাল্‌ছে রঙের হইয়াছে এবং ঢাকনি খুলিলে স্নগন্ধে নাসিকা বিভোর

করিয়া তুলিতেছে, তখন আর আল না দিয়া উহা কেবলমাত্র আঙনের আঁচে বসাইয়া রাখিলেই চলিতে পারে।

এদিকে চাউলগুলি উত্তমরূপ ঝাড়িয়া বাছিয়া ছুঁকে ভিজাইয়া রাখিতে হইবে এবং যখন দেখা যাইবে যে, চাউলে আর ছুঁক টানিতে পারিতেছে না, তখন এতখানি পরিষ্কৃত পাতলা কীপড়ে ঐ চাউলগুলি একটু চিনাভাবে বাঁধিয়া ঝুলাইয়া রাখিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে, ঐ চাউলের পুটলিটা হইতে বিন্দু বিন্দু ছুঁক পড়া বন্ধ হইয়া আসিতেছে, তখন তাহা খুলিয়া পুনর্বার বাতাসে ছড়াইয়া দেওয়া আবশ্যক।

বাতাসে চাউলগুলি যে পরিমাণে শুষ্ক হইবার সম্ভব তাহা হইয়া আসিলে, তাহাতে পিগ্গাজবাটা, আদার রস এবং জাফরাণ মাখাইতে হইবে। কেহ কেহ এই সমুদয় ছোট এলাচের অল্পেক দানাও চাউলে মিশাইয়া দিয়া থাকেন। এখন যে পাত্রে পোলাও রাখিতে হইবে, তাহার তলায় এক পোরা স্তর ঢালিয়া দিয়া তেজপত্র সাজাইতে হইবে এবং তাহার উপর চাউল, বাদাম, কিস্মিস্ এবং পেস্তা প্রভৃতি এক স্তরক রাখিয়া পুনর্বার তেজপাতা সাজাইয়া পূর্ববৎ চাউল প্রভৃতি স্থাপন করিতে হইবে। এইরূপে যে কয়টি স্তরকে উহা সাজান শেষ হইবে, তাহা শেষ হইলে তিন কড়া অর্থাৎ একরূপ নিয়মে জল দিতে হইবে, যেন চাউলের উপর লম্বাভাবে আঙুল স্পর্শ করিলেই তিনটীমাত্র দাগ ছুবিয়া যায়। অনন্তর তাহাতে সমু-

দায় লবণ ও আধসের স্বত চালিয়া দিয়া পাক-পাত্রে মূখ আচ্ছাদন করতঃ মূখ জ্বলে উহা বসাইতে হইবে এবং চাউল প্রায় সিদ্ধ হইলে কেবলমাত্র দমে পাত্রটী রাখিলেই চলিতে পারিবে। এই সময় দধি, চিনি এবং অবশিষ্ট স্বত পাক-পাত্রে চালিয়া দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া উহার মূখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। যাহারা পোলাও রন্ধনে পটুতা লাভ করিয়াছেন, তাহারা পাক-পাত্রটী সাজাইয়া জ্বলে বসাইয়া দেন এবং সুপক হইলেই নামাইয়া লইয়া থাকেন। কিন্তু সকলে সেরূপ নিয়মে পাক করিতে পারে না, এজন্য পাক-পাত্রের চারিদিকে সমানরূপ জ্বল না পাইয়া কতক সুসিদ্ধ হয় ও কতক কাঁচা থাকিয়া যায়। অতএব পাক-পাত্রটী মধ্যে মধ্যে ঘুরাইয়া দিলে এবং চাউল সিদ্ধ হইয়া আসিবাব সময় আস্তে আস্তে কাঁচাটীয়া লইলে সে আশঙ্কা থাকে না। পোলাও পরিবেশন করিবাব সময় তাহাতে অল্পমাত্র গোলাপ জলের ছিটা দিয়া লইলে আরও ভাল হয়।

ছানার নিরামিষ পোলাও ।

এদেশে ছানার পোলাও পাক করিবাব অনেক প্রকার নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। ভিন্ন ভিন্ন নিয়মে পাক করিলে উহার আন্বাদগত বিস্তর প্রভেদ হইয়া থাকে। যে নিয়মে ছানার পোলাও রন্ধন করিতে হয়, এস্থলে তাহা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—ছানা দেড় সের, চাউল এক সের, স্বত দেড় পোয়া, চিনি আধ পোয়া, নারিকেল কোরা আধ পোয়া, বাদাম দুই ছটাক, পেস্তা দুই ছটাক, কিস্মিস্ দুই ছটাক, ছোট এলাচের দানা চারি আনা, জাফরাণ চারি আনা, সা-জীরা আধ তোলা, সা-মরিচ এক তোলা, ধনে দুই ছটাক, লঙ্কা এক তোলা, মৌরী আধ তোলা, দারুচিনি ছয় আনা, লবণ চারি তোলা, তেজপাতা কুড়ি খানি, আদা ছেঁচা দুই তোলা, বুটের দাইল এক পোয়া এবং জল তিন সের।

আধুনিক যের সকল মসলা ব্যবহৃত হইয়া থাকে তৎসমুদায় একখানি পরিকৃত নেকড়ার পুটলি বাঁধিয়া তিন সের জলে সিদ্ধ কর। যখন দেখা যাইবে দুই সের জল মরিয়া এক সেরমাত্র অবশিষ্ট আছে, তখন তাহা নামাইয়া রাখিতে হইবে।

পোলাওয়ের পক্ষে শক্ত ছানাই প্রশস্ত। এজন্য শক্ত গোছের টাটকা ছানা একখানি কাপড়ে বাঁধিয়া জল বাহির করিয়া তাহা ডুমা ডুমা ধরণে কাটিয়া লও। অনন্তর স্বতে দ্বি-বাদামী বর্ণে ভাজিয়া তুলিয়া রাখ।

এদিকে পোলায়ের উপযুক্ত চাউল কাড়িয়া বাছিয়া ধৌত করতঃ বাতাসে শুকাইতে দাও। পরে ঐ চাউলে দুগ্ধ-মিশ্রিত জাফরাণ গোলা ও অল্প স্বত মাখাইয়া তাহাতে বাদাম, পেস্তা, কিস্মিস্, সা-জীরা, সা-মরিচ এবং এলাচের দানা ছড়াইয়া দিয়া নিশাইয়া লও।

এখন ডেক্টি কিষা হাঁড়ির তলায় সিকি পরিমাণ ঘৃত ঢালিয়া তাহার উপর তেজপত্র সাজাইয়া সমুদায় চাউল দাও । চাউল দেওয়া হইলে আত্মনির জল ঢালিয়া দিয়া লবণ এবং সিকি পরিমাণে ঘৃত ঢালিয়া দাও । অনন্তর একখানি ঢাকনি দ্বারা হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া মুহু জ্বালে বসাত্ত । জ্বালে একফুট ফুটিয়া উঠিলে তাহাতে ভর্জিত ছানা ঢালিয়া দাও । অল্পক্ষণ জ্বালে থাকিলেই উহা সিদ্ধ হইয়া আসিবে । দুই একটা চাউল টিপিলে যদি দেখা যায়, তাহা প্রায় সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন নারিকেল কুড়া, চিনি এবং অবশিষ্ট সমুদায় ঘৃত ঢাকনি খুলিয়া হাঁড়িতে ঢালিয়া দাও এবং আস্তে আস্তে একবার কাটি দিয়া নাড়িয়া কিষা হাঁড়িটা গুরুপাক হইয়া পোলাও গুলি উপর নীচে করিয়া দাও । অনন্তর হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া পূর্বের জ্বায় দমে বসাইয়া রাখ এবং উত্তমরূপ সুসিদ্ধ হইলেই নামাইয়া লও । ছানার পোলাও পাক হইল ।

দধি পলান্ন ।

এই পলান্নের আশ্বাদন অত্যন্ত পোলাওয়ের আশ্বাদন হইতে এক প্রকার স্বতন্ত্র । মুসলমানদিগের মধ্যে যে সকল পোলাও প্রচলিত আছে, তৎসমুদায় প্রায়ই গুরু-পাক এবং বহু ব্যয়সাধ্য । কিন্তু এই পোলাও সরুপ গুরু-পাক কিষা ব্যয়সাধ্য

নহে, স্মরণ ইচ্ছা করিলে অনেকেই উহা প্রস্তুত করিয়া মসনার তৃপ্তি সাধন করিতে পারেন। উহার রন্ধন নিম্নম লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত এক পোরা, দধি এক পোরা, পাতিলেবু একটা, আদা দুই তোলা, ধনে দুই তোলা, কালজীরা আধ তোলা, তেজপাতা দুই তোলা, লবণ চারি তোলা, মরিচ সাড়ে চারি আনা, ছোট এলাচ চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, দাকচিনি চারি আনা।

প্রথমে মাংসগুলি থণ্ড থণ্ড করিয়া লইবে। পরে ধনে বাটা প্রভৃতি অত্যন্ত মসনার সহিত ঐ মাংসের আখনি পাক করিয়া রাখিবে।

এখন এই আখনি কাপড়ে ছাঁকিয়া ঝোল ও মাংস পৃথক পৃথক পাত্রে রাখিবে।

মাংসগুলি এক ছটাক পরিমাণ ঘূতে সস্তলন দিয়া দুই একবার নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া লও।

এদিকে যে পাত্রে পোলাও রাখিবে, সেই পাত্রে অল্প ঘৃত ঢালিয়া দিয়া তাহাতে তেজপাতা সাজাইতে থাক, তেজপাতার উপর জীরাগুলি ছড়াইয়া দাও। আবার তেজপাতার উপর সস্তলন দেওয়া মাংসগুলি সাজাইয়া তাহার উপর গরম মসলা গুলি ছড়াইয়া দাও। এখন এই মসনার উপর চাউল সাজাইয়া রাখ। এস্থলে একটা কথা স্মরণ করা আবশ্যিক ;—পোলা-

ওয়ের চাউল প্রস্তুতের যে সকল নিয়ম পূর্বে উল্লেখ করা হইয়াছে, সেইরূপ নিয়মে উহা প্রস্তুত করিয়া লইতে হইবে। চাউল সাফান হইলে তাহার উপর মাংসের ঝোল অর্থাৎ আধুনিক জল ঢালিয়া মুছ মুছ জাল দিতে থাক। চাউল অর্ধ সিদ্ধ হইয়া আসিলে অর্থাৎ অল্প অল্প রস থাকিতে থাকিতে সমুদায় দধি, আদার রস, লেবুর রস এবং অবশিষ্ট সমুদায় চাউল দাও। অনন্তর তিন কোয়ার্টার তপ্ত অঙ্গারের উপর বসাইয়া রাখিলেই পোলাও রন্ধন হইল।

এই দধি পলানে যদি কেহ পলাণু ব্যবহার করিতে ইচ্ছা করেন, তবে অন্যান্য পোলাওয়ের পিয়ারজ দেওয়ার বেক্রপ নিয়ম লিখিত হইয়াছে, সেই নিয়মে উহা ব্যবহার করিবেন। আমাদের বিবেচনায় দধি পোলাওয়ে আদৌ পিয়ারজ ব্যবহার না করাই ভাল।

সহজ হেমাল।

পলান ও খেচরার হইতে হেমাল রন্ধনে সামান্য প্রভেদ লক্ষিত হইয়া থাকে। হেমালের আব্বাদন পোলাওয়ের ন্যায়। তবে পোলাও রন্ধনে বেক্রপ ব্যয় পড়ে এবং বেক্রপ আয়োজন করিতে হয়, হেমালে সেক্রপ করিতে হয় না; যে নিয়মে হেমাল রন্ধন করিতে হয়, নিম্নে তাহা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চাউল এক সের, ছোলায় হাইল এক পোয়া, বাদান দুই তোলা, কিস্মিস্ চারি তোলা,

পেস্তা দুই তোলা, ছোট এলাচ চারি আনা, দাঁকচিনি চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, গোলমরিচ দেড় তোলা, আদা দুই তোলা, ধনে তিন তোলা, কালজীরা এক তোলা, তেজপাতা এক তোলা, জাফরাণ দুই আনা, পিয়াজ * চারি তোলা, স্নাত এক পোয়া, ক্ষীর আধ পোয়া, চিনি আধ পোয়া, লবণ দুই তোলা ।

পোলাও রন্ধনের উপযুক্ত চাউল হইলেই হেমান্ন ভাল হয় । তবে তাহার অভাবে অন্যান্য রন্ধন সুরু চাউল দ্বারা প্রস্তুত করিতে হয় । চাউলগুলি ভাল করিয়া ঝাড়িয়া বাছিয়া লইতে হইবে ।

এদিকে একটা পাক-পাত্রে দাইল, ধনে, আদা, পিয়াজ, মরিচ, কালজীরা এবং লবণ জলের সহিত জালে সিদ্ধ করিতে থাকিবে । সিদ্ধ করিবার সময় যে, পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দেওয়া আবশ্যিক তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারেন । অধিকক্ষণ জালে থাকিলে উহার এক প্রকার লাল্‌ছে ধরণের রঙ হইবে এবং তাহা হইতে এক প্রকার গন্ধও নির্গত হইবে, জলের যখন ঐরূপ অবস্থা হইবে, তখন তাহাতে আর জাল না দিয়া কেবলমাত্র আগুনের আঁচে পাত্রটি রাখিলেই চলিতে পারিবে ।

পূর্বে যে চাউল ঝাড়িয়া বাছিয়া রাখা হইয়াছে, তাহা বেশ করিয়া ধুইয়া অন্ন-পাকের নিয়মানুসারে অধিক জলে পাক করিতে হইবে । যখন দেখা যাইবে, চাউল অর্ধসিদ্ধ হইয়াছে,

* ইচ্ছা হইলে পারভ্যাগ করিতে পারা যায় ।

তখন তাহা জাল হইতে নামাইয়া মাড় গালিয়া ফেলিতে হইবে। এখন পূর্বরক্ষিত উষ্ণ জলে (দাইলাদি সিদ্ধ জলে) ঐ অর্দ্ধ সিদ্ধ তণ্ডুল সুশুদ্ধ করিতে হইবে। এদিকে অন্য একটা পাক-পাত্রে অর্দ্ধেক পরিমাণ ঘৃত ঢালিয়া তাহার উপর তেজপাতা সাজাইয়া লইতে হইবে। তেজপত্র সাজান হইলে ঐ অগ্নির সহিত সমুদায় গন্ধদ্রব্য, বাদাম, কিস্মিন্ এবং পেস্তা ছড়াইয়া দিয়া সেই অগ্নি তেজপত্র সজ্জিত পাত্রে ঢালিয়া দিতে হইবে। এই পাত্রটী যে আগুনের আঁচে বসাইয়া অগ্নি ঢালিয়া দিতে হইবে, তাহা যেন মনে থাকে।

অনন্তর কীর ও চিনি এবং জাকরাণ বাটা অবশিষ্ট ঘৃতে গুলিয়া ঐ অগ্নি ঢালিয়া দিয়া অতি সাবধানে সমুদায় অগ্নিগুলি উন্টাইয়া দিতে হইবে। অধিক নাড়া চাড়া হইলে ভাত কাদার মত হইবার সম্ভব। উহা কাদার নাক হইলে আহারে তত সুখ-জনক বোধ হয় না; অগ্নি কিম্বা পোলাও এরূপ হওয়া উচিত;—উহা উত্তমরূপে সুশুদ্ধ হইবে অথচ আস্ত আস্ত থাকিবে, কেহ কাহার গায়ে জড়াইয়া লাগিবে না। পাচকগণ এই সময় একটু দৃষ্টি রাখিলেই এ বিষয়ে কোন প্রকার আশঙ্কা থাকে না। সে যাহা হউক অল্পক্ষণ উহা দমে রাখিয়া নামাইয়া লইতে হইবে। এই প্রস্তুত অগ্নিকে হেমান্ন কহিয়া থাকে।

হেমান্নকে এক প্রকার নিরামিষ পোলাও বলিলেও বড় দোষ হয় না। বিগুদ্ধ হিন্দুমতে উহা পাক করিতে হইলে পিয়াজ, ব্যবহার না করিয়া পাক করিতে হইবে।

তেঁতুলের পোলাও ।

অল্পমধুর আশ্বাদন জন্য এই পোলাও অত্যন্ত সুখাদ্য ।
উহা একরূপ সুখাদ্য যে, একবার আহার করিলে সর্বদা আহারে
প্রবৃত্তি জন্মে । যে নিয়মে তেঁতুলের পোলাও পাক করিতে
হয় তাহা পাঠ কর ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—চাউল এক সের, মাংস
এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, তেঁতুল আধ পোয়া, চিনি আধ
পোয়া, ছোট এলাচ ছয় আনা, লবঙ্গ চারি আনা, গোলমরিচ
এক তোলা, দারুচিনি চারি আনা, পিয়াজ আধ পোয়া, আদা
তিন তোলা, ধনে তিন তোলা, কালজীরা এক তোলা, কিস্-
মিস্ এক পোয়া, লবণ ছয় তোলা ।

প্রথমে মাংসগুলি আদা, পিয়াজ এবং ধনের সহিত জল
দিয়া জ্বলে চড়াও । অধিকক্ষণ জ্বাল পাইলে মাংসাদি বেশ
নিদ্ধ হইয়া জলের একপ্রকার রঙ হইবে । এই সময় একটা
কথা মনে রাখা উচিত,—মাংসাদি যেন পৃথক পৃথক কাপড়ে
পুটলি করিয়া বাধিয়া দেওয়া হয় ।

মাংস সুসিদ্ধ হইলে জ্বাল হইতে নামাইয়া মাংস এবং
সেই জল একত্র কর । এখন একটা পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া
তাহাতে এক ছটাক ঘৃত ঢালিয়া দাও এবং উহা পাকিয়া
আসিলে তাহাতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া ঐ জল সম্বর্য্য দাও ।
জ্বালে একটু ফুটিয়া উঠিলে তাহা নামাও, নামাইয়া মাংস ও
ঝোল পৃথক কর ।

যে ঝোল বা আখনি পৃথক করিয়া রাখা হইয়াছে, তাহাতে তেঁতুল ও চিনি গুলিয়া পরিষ্কার কাপড়ে ছাঁকিয়া লও । উহা ছাঁকিয়া পুনরবার জালে চড়াও এবং একটা বলক উঠিলে নামাইয়া রাখ ।

মাংস এবং আখনি যেমন প্রস্তুত করিয়া লইতে হইবে, সেইরূপ পোলাওয়ের চাউলও রন্ধনের উপযুক্ত করিয়া লওয়া আবশ্যক । অন্যান্য পোলাওয়ে যে রূপ চাউল ব্যবহার হইয়া থাকে এবং তাহা যেমন পরিষ্কার করিয়া লইতে হয়, এই পোলাওয়ে ঠিক সেইরূপ চাউল পরিষ্কার করিবে । এবং চাউল-গুলি অধিক অর্থাৎ ভাগা জলে দুই তিনবার ধুইয়া লইবে । তদন্তর অন্ন-পাকের নিয়মানুসারে উহা জালে চড়াইবে । জালে অর্ধসিদ্ধ হইলে তদ্বারা পোলাও রাঁধিতে হইবে ।

পূর্বে যে মাংস ও ঝোল পৃথক পৃথক পাত্রে রাখা হইয়াছে, তদ্বারা এখন কিরূপ কার্য্য করিতে হইবে, তাহা পাঠ কর ।

একটা পাক-পাত্র জ্বল চড়াও এবং তাহাতে দুই ছটাক ঘৃত দিয়া তাহার উপর কালজীরা ছড়াইয়া দাও । এখন এই জীরার উপর মাংস এবং যাবতীয় অর্থও মসলা ও লবণ সাজাইয়া তাহাতে চারি চামচা ঘূষ বা পূর্বপ্রস্তুত আখনির জল দিয়া মূছ জালে পাত্রটী স্থাপন কর । জালে ঐ ঝোল শুষ্ক হইয়া আসিলে তখন তাহাতে অর্ধ সিদ্ধ অন্ন (মাড় গালিয়া) ঢালিয়া দিবে । আর পূর্বে যে ঘূষ প্রস্তুত করিয়া রাখা হইয়াছে, তাহা ঐ অন্নের উপর ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ বন্ধ করিয়া দিবে এবং

উহা একবার জ্বালে দুটিয়া উঠিলে পাক-পাত্রে মূখের ঢাকনি খুলিয়া সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দিয়া আবার মূখ বন্ধ করিবে। এই সময় আর জ্বাল না দিয়া উহা কেবলমাত্র দমে রাখিবে।

পরিবেশনকালে ভর্জিত কিস্মিস্গুলি পাক-পাত্রস্থ পোলাওয়ে ছড়াইয়া দিয়া আস্তে আস্তে উহা একবার উন্টাইয়া লইবে। লিখিত নিয়মে পাক করিলে তেঁতুলের পোলাও পাক হইল। এখন উহা আহার করিয়া দেখ বাস্তবিক তেঁতুলের পোলাও রসনায় আদর পাইবার যোগ্য কি না।

এই পোলাও মুক্তিকা কিম্বা কলাই করা পাত্র ব্যতীত পিষ্টল পাত্রে রক্ষন করিলে আহারে ব্যাঘাত জন্মে।

আনারসের পোলাও ।

(দ্বিতীয় প্রকরণ ।)

আনারসের দ্বারা যেদ্রুপ নিয়মে পলান্ন পাক করিতে হয়, এ প্রস্তাবে তাহা লিখিত হইতেছে। অল্পমধুর আশ্বাদ জন্য এই পোলাও অত্যন্ত উপাদেয়। সুপক্ক আনারস দ্বারাই অতি উৎকৃষ্ট পলান্ন প্রস্তুত হইয়া থাকে। পাকের নিয়ম নিম্নে লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, আনারস দেড় সের, চিনি তিন পোয়া, পাতিলেবুর রস আধ পোয়া, দারুচিনি (অথও) ছয় আনা, লবঙ্গ (অথও) চারি আনা, ছোট এলাচ (অথও)

ছয় আনা, আদা তিন তোলা, ধনে দেড় তোলা, কালজীরা
আধ ভরি, লবণ সাড়ে চারি তোলা ।

প্রথমে আনারসের খোসা ও চোক ছাড়াইয়া তাহা খণ্ড
খণ্ড করিয়া কুটিতে হইবে । পরে সেই প্রত্যেক খণ্ড শলাকা
দ্বারা ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র ছিদ্র করিতে হইবে । অনন্তর তাহা উত্তমরূপে
ধোত করিয়া লইবে ।

এদিকে একটি পাক-পাত্রে জল দিয়া জ্বালে চড়াইবে এবং
তাহার উপর বাঁশের চেয়াড়ি মাজাইয়া তাহাতে একসের
পরিমিত আনারস স্থাপন করিবে । জ্বালে উহা সিদ্ধ হইলে
আনারসগুলি পাত্রান্তরে তুলিয়া রাখিবে এবং ঐ জলে চিনি
ও লেবুর রস মিশাইয়া পানক প্রস্তুত করিবে । এখন এই
পানকের কিঞ্চিৎ পৃথক পাত্রে তুলিয়া রাখিয়া অবশিষ্ট অর্দ্ধ
সের আনারস খণ্ড ঢালিয়া দিয়া জ্বালে চড়াইবে । অল্প পরিমাণ
রস থাকিতে থাকিতে উহা নামাইয়া লইবে ।

এখন মাংস খণ্ড, আদা, ধনে, লবণ এবং জল একটি পাত্রে
মুখ ঢাকিয়া জ্বালে চড়াইবে । খানিকক্ষণ জ্বালে থাকিলে
যখন দেখা যাইবে, মাংস বেশ সুসিদ্ধ হইয়াছে এবং জলের
লাল্ ছে রং হইয়া স্নগন্ধ নির্গত হইতেছে, তখন তাহা নামাইবে
এবং মসলাদি পৃথক করিয়া মাংস ও ঘূষ বা আধ্নি লবঙ্গ
কোড়ন দিয়া সম্বরা দিবে ।

এদিকে পাক-পাত্রে কালজীরা ছড়াইয়া তাহার উপর মাংস
ও অণ্ড গন্ধমসলার স্তবক মাজাইবে । আর পূর্বে যে কিঞ্চিৎ

পানক পৃথক করিয়া রাখা হইয়াছে, তাহাতে মাংসের যুব
মিশাইয়া পূর্বসিদ্ধ করা একসের আনারসের রস নিংড়াইয়া
মিশাইবে। এখন সিদ্ধ করা মাংস আর একবার জ্বালে চড়া-
ইয়া তাহাতে এই প্রস্তুত করা আনারসের রস ছুই চামুচা
পরিমাণে দিয়া একবার ফুটিয়া উঠিলে নামাইয়া লইবে।

এইরূপে আনারস ও মাংসাদি প্রস্তুত হইলে, চাউলগুলি
অন্ন পাকের নিয়মানুসারে অর্দ্ধসিদ্ধ করিয়া লইবে। পোলা-
ওয়ের জন্য চাউলদির যেকোন ব্যবস্থা পূর্ব পূর্ববারে কথিত
হইয়াছে, সেইরূপ করিতে হইবে। স্নাতরাং তাহার আত্ম-
পূর্বিক উল্লেখ অনাবশ্যক। অর্দ্ধসিদ্ধ চাউলের মাড় গালা
হইলে তাহাতে পূর্বরক্ষিত যুব চালিয়া দিয়া স্নসিদ্ধ করিয়া
লইবে। উহা সিদ্ধ হইবার উপক্রম হইয়া আসিলে তাহাতে
সমুদায় ঘৃত চালিয়া দমে বসাইবে এবং বেশ স্নসিদ্ধ হইলে
নামাইয়া লইবে। পরিবেশন সময়ে পোলাওয়ের উপর
অবশিষ্ট অর্দ্ধসের আনারস খণ্ড ছড়াইয়া দিবে। ভোক্তাগণ
এই পোলাও একবার আহার করিয়া দেখিবেন, তাহা-
দিগের রসনা উহার নামে নাচিয়া উঠে কি না।

হিন্দুস্থানী মাহী পোলাও ।

মৎস্য দ্বারা এই পোলাও প্রস্তুত হয় বলিয়া ইহাকে মাহী
পোলাও কহিয়া থাকে। রন্ধন পারিপাট্যে অনেক সময় মাংসের

পোলাও অপেক্ষা মৎস্ত পোলাও সুখাদ্য হইয়া থাকে । নানা প্রকার নিয়মে এই পোলাও পাকের নিয়ম প্রচলিত আছে । অদ্য হিন্দুস্থানী মাছী পোলাও রন্ধনের নিয়ম লিখিত হইল । হিন্দুস্থানী পোলাওয়ে প্রায়ই অগ্রে চাউল অর্দ্ধসিদ্ধ করিয়া ব্যবহৃত হইয়া থাকে । আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, অগ্রে চাউল সিদ্ধ করিয়া তদ্বারা পোলাও রন্ধন করিলে উহার তত উৎকৃষ্ট আশ্বাদ হয় না । তবে এই প্রকার নিয়মে রন্ধন করিলে দ্রুত অধিক না দিলেও তত ক্ষতি বোধ হয় না আর অধিক দ্রুত দিলেও চাউলে উহা টানিতে পারে না । ফলতঃ অল্প দ্রুতে রন্ধনের পক্ষে অগ্রে চাউল সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া লওয়াই বিশেষ সুবিধা । সে যাহা হউক, এক্ষণে মাছী পোলাওয়ের রন্ধন পাঠ কর ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—ধোঁস্ত মৎস্ত খণ্ড (ভাজা) দেড় সের, চাউল এক সের, দ্রুত এক পোয়া, আদা আধ পোয়া, ধনে আধ পোয়া, তেজপাঁতা দুই তোলা, মরিচ সওয়া তোলা, ছোট এলাচ ছয় আনা, দারুচিনি ছয় আনা, লবঙ্গ ছয় আনা, কিস্‌মিস্ আধ পোয়া, পেস্তা আধ পোয়া, বাদাম আধ পোয়া, লবণ মাড়ে চারি তোলা ।

আদা, ধনে, এবং মরিচ একসের জল দিয়া আত্মনি তৈয়ারি করিয়া লও । জল প্রস্তুত হইলে তাহা এক পোয়া থাকিতে নামাইয়া দ্রুতে অর্ধেক লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া ঝোল সস্তলন কর ।

এদিকে জলে পোলাওয়ের উপযুক্ত চাউল অর্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেল । এখন আর একটা পাক-পাত্রে অন্ন দ্বত ঢালিয়া তাহাতে তেজপাতা দিয়া উহার উপর অথও গন্ধ-মসলা ও বাদাম, কিস্মিস্ এবং মৎস্ত সাজাও । এখন এই মসলা সাজান স্তবকের উপর অন্ন সাজাও । এইরূপে পর্যায়ক্রমে অন্ন ও মৎস্তাদি সাজাইয়া সর্বশেষে সমুদায় আখ্নির জল ও দ্বত উপরে ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রে মূখ ঢাকিয়া রাখ । পাক-পাত্রে মূখ ঢাকা হইলে পাত্রটী দমে বসাইয়া দাও । অনন্তর উহা নামাইয়া লইলেই হিন্দুস্থানী মাহী পোলাও রন্ধন হইল ।

খেচরপলান্ন ।

খিচুড়ী ও পোলাও উভয়বিধ রন্ধনের উপকরণ লইয়া পাক হইয়া থাকে বলিয়া এই খাদ্যদ্রব্যের নাম খেচরপলান্ন হইরাছে । খেচরপলান্ন বাস্তবিক অতি উপাদেয় খাদ্য । উহার রন্ধন নিয়ম প্রায় পোলাও পাকের স্থায় । যে নিয়মে রন্ধন করিতে হয় তাহা পাঠ কর ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল আধ সের, কাঁচা মুগের দাইল আধ সের, দ্বত আধ নের, ধনে দুই তোলা, আদা দুই তোলা, কালজীরা এক তোলা, তেজপাতা এক তোলা, মরিচ এক পোয়া, লবঙ্গ আট আনা, গন্ধ দ্রব্য বার আনা, লবণ পাঁচ তোলা ।

প্রথমে মাংসের আখনি, প্রস্তুত করিয়া ঝোল ছাঁকিয়া লও। পরে ঝোল ও মাংস এক সঙ্গে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সাতলাইয়া মাংস ও ঝোল পুনর্বার পৃথক পাত্রে রাখ।

এদিকে চাউল ও দাইল ঘুতে ভাজিয়া লও। পোলাওর যেক্রপ চাউল ব্যবহার হইয়া থাকে, সেইক্রপ চাউল দ্বারা পাক করিতে হইবে। ভাজিবার সময় দুই একটা চাউল চুড়ুচুড়ু করিয়া উঠিলে তাহাতে আখনির জল ঢালিয়া দিয়া স্নিদ্ধ করিয়া লইতে হইবে।

চাউল স্নিদ্ধ হইলে পাক-পাত্রে কিঞ্চিৎ ঘৃত ঢালিয়া দিয়া তাহাতে তেজপাতা ও জীরা সাজাইতে থাকিবে এবং তাহার উপর এক থাক গন্ধ দ্রব্য ও মাংস সাজাইবে। এই-রূপে থাকে থাকে তেজপাতা, জীরা এবং মাংস প্রভৃতি সাজাইয়া তাহার উপর আখনির জলে স্নিদ্ধ অন্ন সাজাও। এই-রূপে যে কয় থাক হয়, সাজাও। সমুদায় থাক সাজান হইলে তাহার উপর ঘৃত ও লবণ দিয়া তণ্ডু অঙ্গারে দমে রাখ। দম হইতে নামাইয়া লইলেই খেচরপলান্ন পাক হইল। পরিবেশনের সময় উত্তমরূপ নাড়িয়া চাড়িয়া লইতে হইবে।

• মাংসের পোলাও ।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চাউল এক সের, ছাগমাংস চারি সের, ঘৃত এক সের, লবণ আধ পোয়া, বাদাম এক

পোয়া, আদা এক পোয়া, লবঙ্গ আড়াই তোলা, গুজরাটি এলাচ দুই তোলা, দারুচিনি এক তোলা, ধনে আধ পোয়া, জীরা আধ তোলা, মরিচ চূর্ণ দুই তোলা, সর সহিত দধি আধ সের, লেবুর রস আধ পোয়া, তেজপত্র দশখানি, লঙ্কা ইচ্ছামত।

প্রথম চাউলগুলি ধুইয়া ভিজাইয়া রাখিবে এবং মাংস-গুলিও উত্তমরূপে ধোত করিয়া লইবে, তৎপরে ছয় সের পরিমিত জল জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে ধনিয়া কাপড়ে বান্ধিয়া ও আদা ছেঁচিয়া ঐ জলে দিয়া জ্বাল দিতে হইবে, দ্বিতীয় পাত্রে চারিতোলা ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া গাঁজা মরিচ দুই চারিটা ছোট এলাচ দানা ঐ ঘৃতে দিয়া তাহাতে মাংসগুলি ছাড়িয়া দিয়া কিঞ্চিৎ ভাজা হইলে নামাইতে হইবে এবং ঐ জল চারি সের থাকিতে নামাইয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া রাখিতে হইবে।

ভাজা মাংসগুলি একটা পাক-পাত্রে করিয়া জ্বালে চড়াইয়া ঐ ছাঁকা জল তাহাতে ঢালিয়া দিয়া জ্বাল দাও; মাংস সুসিদ্ধ হইলে নামাইয়া জল হইতে পৃথক্ করিয়া রাখ। তৎপরে দধির সহিত মরিচ চূর্ণ মিশ্রিত করিয়া ঐ মাংসে দিয়া মাখিয়া লও। অনন্তর অন্ধেক লবণ, অন্ধেক লবঙ্গ চূর্ণ, গুজরাটি চূর্ণ, জীরা চূর্ণ, লেবুর রসের সহিত মিশ্রিত করিয়া পূর্ব-রক্ষিত আত্মনির জল অন্ধেকের সহিত মাংসে ঢালিয়া দাও এবং অত্র পাত্রে তাবৎ ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া গাঁজা মরিচা আসিলে তেজপত্র ও ইচ্ছামত লঙ্কা দিয়া তাহা ভাজা হইলে ঐ জলের সহিত মাংস দিয়া জ্বাল দাও। জল শুষ্ক হইয়া

আসিলে নামাণ্ড এবং বাদাম বাটিয়া কিকিং দধির সহিত মিশাইয়া ঐ মাংসে মিশ্রিত করিয়া পাত্রসহ জলস্ত অঙ্গারের উপর রাখ। তৎপরে বাকী অর্দ্ধেক জল অবশিষ্ট লবণ দিয়া জ্বালে চড়াইয়া ভিজান চাউলগুলি তাহাতে ঢালিয়া দিয়া জ্বাল দাও। চাউল অর্দ্ধফুটিত হইলে কাপড়ে কিয়া অল্প কোন পাত্রে করিয়া উত্তমরূপে জল নিঃসারণ করিয়া লইয়া চাউলগুলি মাংসের সহিত মিশাইয়া দিয়া তৎক্ষণাৎ দাকচিনি চূর্ণ দিয়া পাত্রের মুখ একখানি ঢাকনি দ্বারা ঢাকিয়া তাহার চতুঃপার্শ্বে ময়দা দ্বারা বন্ধ করিয়া অর্দ্ধ ঘণ্টাকাল জলস্ত অঙ্গারের উপরে রাখ ; কিন্তু পাক আরম্ভাবধি ঢাকনি দ্বারা ঢাকিয়া পাক করিতে হইবে। প্রথম হইতে ঢাকনির চতুঃপার্শ্বে ময়দা দ্বারা বন্ধ করিতে হইবে না।

চাইনিজ্ পলায় ।

চাইনিজ্ পলায় পাকের নিয়ম অতি সহজ, ইচ্ছা করিলে প্রত্যেক ব্যক্তিই উহা পাক করিয়া আত্মীয় স্বজনের তৃপ্তি সাধন করিতে পারেন। অতএব এই গোলাও রন্ধনের সহজ নিয়মটী জানিয়া রাখা অতীব আবশ্যক।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, দধি এক পোয়া, ধনে দুই তোলা, আদা চারি তোলা, মরিচ আট আনা, গন্ধজ্বা আট আনা, লবঙ্গ চারি আনা, জাকরাণ দুই আনা, লবণ চারি তোলা।

পোলাওয়ের উপযুক্ত চাউল বাড়িয়া বাছিয়া লও। চাউলের দোবে পোলাও মন্দ না হয় ইহা যেন প্রত্যেক পাচক ও পাচিকার মনে থাকে।

চাউল যেমন পরিষ্কার করিয়া রাখিয়াছ, সেইরূপ ধনে প্রভৃতি মসলা পরিষ্কার করিয়া লও। এখন একটা পাত্রে মাংসখণ্ডগুলি ধনেবাটা এবং জলের সহিত জ্বালে চড়াও। জ্বালে পাক-পাত্রে মুখ যে চাকিয়া রাখা আবশ্যক তাহা যেন মনে থাকে। যখন দেখিবে মাংস বেশ সিদ্ধ হইয়াছে, তখন দধির সহিত অদাবাটা গুলিয়া ঢাকনি খুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দাও এবং পূর্ববৎ পুনর্ব্বার চাকিয়া রাখ। ফুটিতে থাকিলে তাহাতে মরিচের গুঁড়া, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ এবং জাকরণ বাটা ঢালিয়া দাও।

এদিকে চাউলগুলি অল্প উনানে আধসিদ্ধ করিয়া অল্প রস থাকিতে থাকিতে মাংসের পাত্রে ঢালিয়া দাও। ছয় মিনিট জ্বালের পরে উহাতে স্নত ঢালিয়া দিয়া তপ্ত অঙ্গারের উপর দমে রাখ।

অনন্তর উহা নামাইয়া লইলেই চাইনিজ পলান প্রস্তুত হইল।

কমলান।

কমলা লেবু দ্বারা প্রস্তুত হয় বলিয়া এই পলানকে কমলান কহে। কমলান আহাৰে অতি সুখাদ্য। ভোক্তাগণ এক-

বার আহার করিয়া দেখিবেন কমলায় কি প্রকার সুস্বাদু ।
যে নিয়মে উক্ত পাক করিতে হয় তাহা পাঠ কর ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল
এক সের, ঘৃত আধ সের, চিনি পাঁচ ছটাক, পাতি লেবুর
রস এক পোয়া, আদা এক পোয়া, দধি দুই ছটাক, কমলা
লেবু চারিটা, পাতি লেবু একটা, ধনে দুই তোলা, কালজীরা
দুই তোলা, গন্ধ-দ্রব্য আট আনা, লবঙ্গ চারি আনা, লবণ
চারি তোলা ।

কমলা লেবুর খোসা ছাড়াইয়া শস্ত্র গোলক ও খোসা পৃথক
কর । পরে তাহাতে লবণ মাখ । ছুরীর আগা দিয়া তাহার চতু-
র্দিকে ছিদ্র করিয়া ও দধি মাখিয়া দুই দণ্ড রাখ । পরে গীতল
জলে ধুইয়া নিখল উষ্ণ জলে ফেলিয়া একবার কিরংক্ষণ তাপ
দিয়া জল মুছিয়া ফেল । পুনর্বার অন্ন জল ও কিঞ্চিৎ পাতি
লেবুর রসের সহিত একবার ফুটাইয়া রস মুছিয়া ফেল । পুনর্বার
অন্ন জলে চারি তোলা চিনি ও পাতি লেবুর রস দিয়া উহা
তাপ দিয়া লেবু গোলকগুলি তুলিয়া একখানি পাত্রে রাখ ।

এখন এক পোয়া চিনির একতার বন্দ রস করিয়া তাহাতে
কমলা লেবুর খোলার খণ্ডগুলি সিদ্ধ করিয়া অপর পাত্রে রাখ ।

এদিকে মাংসখণ্ডগুলি আদা, লবণ ও ধনের সহিত একত্রে
সিদ্ধ করিয়া আত্মনি হইলে পর কাপড়ে ছাঁকিয়া ঝোল ও
মাংস পৃথক কর । ঝোল, ঘৃত লবঙ্গ ও ছোট এলাচ দিয়া সস্ত-
লন করিয়া তাহাতে কমলালেবুর খোসা গুলি দিয়া রাখ ।

চিনির রস ও অবশিষ্ট পাতিলেবুর রস একত্রে মিশ্রিত করিয়া উহাতে প্রস্তুত কমলা ও থোসা সমস্ত দিয়া তাপ দ্বারা ফুটাইয়া রাখ ।

চাউল জলে অর্ধসিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া মাংসের ঝোলে স্নিক কর ।

এদিকে পাক-পাত্রে তেজপত্র সাজাইয়া তাহার উপর জীরা ছড়াইয়া সমুদায় মাংস ও এক ছটাক আখ্নির জল দাও । ঐ আখ্নির জল তাপে শুষ্ক হইলে মাংসের উপর সমুদায় অন্ন স্থাপন কর । ছয় মিনিট তাপ দেওয়ার পর অবশিষ্ট সমস্ত ঘৃত দিয়া আচ্ছাদন দাও ও তপ্তাদ্বারে রাখ । পরিবেশনকালে পলায়ের উপর কমলার কোয়া ও থোসা দিবে । মিষ্ট জাতীয় স্নপক কমলা হইলে যে, আচ্ছাদন অপেক্ষাকৃত মধুর হয়, তাহা বোধ করি সকলেই অবগত আছেন ।

লোকমা পোলাও ।

সচরাচর যে নিয়মে পোলাওয়ের রন্ধন হইয়া থাকে, ইহার রন্ধন-নিয়ম তাহা অপেক্ষা অনেকটা বিভিন্ন । মুসলমান রাজাদিগের সময় এদেশে লোকমা পোলাওএর ব্যবহার আরম্ভ হয় । উহা যে অত্যন্ত সুখাদ্য তাহা বলা বাহুল্য । সাধারণ চলিত পোলাও অপেক্ষা যদিও ইহাতে ব্যয় অধিক পড়িয়া থাকে, কিন্তু আহারের সময় যেক্রপ রসনার তৃপ্তি জন্মে, তাহাতে ব্যয়-ধিক্য মনে হয় না । লোকমা পোলাও অত্যন্ত শুক্ক-পাক ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস দুই সের, চাউল এক সের, ঘৃত এক সের, ময়দা দুই ছটাক, ছোলার ছাতু এক ছটাক, ডিম একটা, বাদাম এক পোয়া, পেস্তা এক পোয়া, কিস্মিস্ এক পোয়া, আদা দুই ছটাক, ধনে চারি তোলা, কালজীরা দুই তোলা, তেজপত্র এক তোলা, মরিচ এক তোলা, ছোট এলাচ আট আনা, গন্ধ মসলা বার আনা, লবণ দুই ছটাক ।

প্রথমে একসের মাংসে অর্দ্ধেক মরিচ, অর্দ্ধেক আদা ও অর্দ্ধেক ধনে দিয়া আখনি প্রস্তুত করিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লও এবং চাউলগুলি পাত্রান্তরে অর্দ্ধসিদ্ধ করিতে দাও । আখনির জল ও মাংসখণ্ডগুলি এক ছটাক ঘূতে এলাচ ফোড়ন দিয়া সম্বলন করিয়া জল ও মাংস পৃথক করিয়া রাখ । চাউল অর্দ্ধসিদ্ধ হইলে মাড় গালিয়া ফেলিয়া উহা আখনির জলে স্নান কর । পাক-পাত্রে তেজপাতা বিছাইয়া তাহার উপর জীরা ছড়াইয়া দাও । তাহার উপর মাংসখণ্ডগুলি দিয়া সিকি ভাগ আন্ত গন্ধ মসলা ছড়াইয়া দাও । তাহার উপর পূর্কোক্ত অন্ন ও পুনরায় সিকি আন্ত গন্ধমসলা দিয়া একবার তাপ দাও । তাহার পরে ঐ পাক-পাত্র তপ্ত অঙ্গারে স্থাপন করিয়া অন্নের উপর এক পোয়া ঘৃত ঢালিয়া দাও ।

ইত্যবসরে একসের মাংস হুন্স হুন্স করিয়া খুরিয়া আখ পোয়া ঘূতে এলাচ ফোড়ন দিয়া সম্বলন করিয়া আদা ও মরিচ বাটা গন্ধ দ্রব্য অর্দ্ধেক দিয়া শুষ্ক প্রলেহে পাক কর ।

ঝোল থাকিতে থাকিতে আধ পোয়া ঝোল পৃথক করিয়া রাখ । ময়দা, ছাতু, ডিমের ষ্বেতাংশ, অবশিষ্ট আদা, গন্ধ দ্রব্য চূর্ণ, এক ছটাক ঘূতে ভাজা বাদাম ও পেস্তা (চারি তোলা ভাজা বাদাম ভিন্ন করিয়া রাখ) এই সময় একত্রে পেষণ করিয়া তদ্বারা ঠুলি প্রস্তুত করিয়া তন্মধ্যে এক একটা বা দুই দুইটা কিস্মিস্ পুরিয়া ছোট ছোট বড়া নির্মাণ করিয়া আধসের ঘূতে ভাজ ; অবশিষ্ট এক ছটাক ঘূতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া তাহাতে পূর্ণ রক্তিত ঝোল সন্তলন করিয়া উহাতে ঐ বড়া বা ঠুলি অর্পণ করিয়া একবার তাপ দিয়া নামাও । পরিবেশনকালে পূর্বোক্ত শুষ্ক প্রলেহ, বড়া ও বাদাম ভাজা এবং অবশিষ্ট কিস্মিস্ পল্লবের উপর দিবে । এখন আহার করিয়া দেখ, লোকমা পলায় এত পরিশ্রম ও ব্যয় করিয়া পাক করা সফল হইল কি না ।

হাব্‌সি পলায় ।

ইহাও মুসলমানদিগের দ্বারা এদেশে প্রচলিত হয় । বাস্তবিক পোলাও রন্ধন ও তাহার ব্যবহার মুসলমান জাতি দ্বারা সমধিক পারিপাট্য ও গুণপনার সহিত প্রকাশিত হইয়াছে । আমরা আশা করি ভোক্তাগণ এই হাব্‌সি পোলাও একবার আহার করিয়া দেখিবেন, উহা আহারে কতদূর উপযুক্ত ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, বেদানার দানা এক পোয়া, ঘৃত আধ সের, চিনি আধ সের, সুপারি তম্ব তিন তোলা, অথও দারুচিনি চারি

আনা, অথও এলাচ চারি আনা, অথও লবঙ্গ চারি আনা, অথও মরিচ আট আনা, অথও পলাণ্ডু এক পোয়া, আদা থণ্ড বেড় তোলা, গোটা ধনে দেড় তোলা, কালজীরা চারি আনা, কিস্মিস্ তিন তোলা, বাদাম তিন তোলা, পাভিলেবুর রস একটী, লবণ চারি তোলা ।

প্রথমে থণ্ড থণ্ড মাংস, অথও ধনে, আদা থণ্ড ও লবণ জলসহ সিদ্ধ করিয়া ঘূষ প্রস্তুত কর। ঐ ঘূষ মাংস সহ ঘূতে সত্ত্বলন করিয়া মাংস ও ঘূষ পৃথক পৃথক পাত্রে রাখ। পরে পাক-পাত্রে কালজীরা ছড়াইয়া তত্পরি মাংস সাজাইবে এবং বেদানার রস নির্গত করিয়া সুপারি ভস্মের সহিত একটী পাতি লেবুর রস ও চিনি সেই সঙ্গে মিশাইয়া ঘূষে চালিয়া দিবে। এখন এই ঘূষের ছই চাম্‌চা লইয়া মাংসে মাখিয়া তাপে শুক কর।

এদিকে চাউল অর্দ্ধসিদ্ধ করিয়া তাহার মণ্ড অর্থাৎ ফেণ গালিয়া পুনর্বার প্রস্তুত করা ঘূষে সুসিদ্ধ কর। সুসিদ্ধ অন্ন সমুদায় মাংস চালিয়া দিয়া একবার তাপের উপর রাখিবে। এই সময় বাদাম ও কিস্মিস্ ঘূতে ভাজিয়া উহাতে দিয়া অবশিষ্ট ঘূতসহ পাক-পাত্র দমে রাখিবে। অনন্তর নামাইয়া লইলেই হাবসি পলায় পাক হইল। পরিবেশনকালে পাক-পাত্রটী একরূপভাবে ঝাঁকাইয়া লইবে যেন পাক-পাত্রস্থ অন্ন, মাংস এবং বাদামাদির বেশ মিশামিশি হইতে পারে।

খাসা পলান্ন ।

এই পলান্নে ঘূতের পরিমাণ অল্প ব্যবহৃত হইয়া থাকে ।
খাসা পলান্ন অত্যন্ত পোলাও অপেক্ষা আনন্দদনে কোন
অংশে হীন নহে । খাসা পলান্নের রন্ধন প্রণালী পাঠ কর ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—চাউল এক সের, মাংস
এক সের, ঘৃত এক পোয়া, দারুচিনি চারি আনা, ছোট এলাচ
চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, পিয়ার এক পোয়া, আদা-খণ্ড
আধ তোলা, আদার রস এক তোলা, ধনে দেড় তোলা,
কাশকীরা চারি আনা, দধি এক পোয়া, মরিচ আট আনা,
পাতিলেবু একটা, লবণ সাড়ে সাত তোলা ।

একখানি পরিষ্কৃত বস্ত্রে খণ্ড খণ্ড পিয়ার, আদা এবং ধনে
পুটলি বাঁধিয়া রাখ । এখন একটা হাঁড়ি বা ডেক্‌চিতে
পরিমাণ মত জল দিয়া সেই জলে মাংসগুলি এবং ঐ পুটলিটী
স্থাপন করিয়া পাক-পাত্রে মুখ ঢাকিয়া দাও । অতঃপর মুহূ
জালে পাক-পাত্রটী বসাইয়া রাখ ।

জালে মাংস বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিলে পাত্রটী জাল
হইতে নামাইয়া মাংস ও বোল পৃথক পৃথক পাত্রে ঢালিয়া
রাখিবে ।

এখন অন্য একটা পাক-পাত্রে মাংস সুজাইয়া তাহার
উপর সমুদায় মসলা সাজাইয়া দিবে । এই মসলার স্তবকের
উপর ধোঁত চাউল স্থাপন করিয়া তাহার উপর পূর্বরন্ধিত
মাংসের ঘূষ ঢালিয়া দিয়া মুহূ জাল দিতে থাকিবে । জালে

চাউল অর্ধসিদ্ধ হইলে এবং যুব থাকিতে থাকিতে সমুদায় দধি, জেবুর রস, আদার রস এবং লবণ বস্ত্রে ছাঁকিয়া উহাতে ঢালিয়া দিবে। এই সময় অর্ধেক পরিমাণ ঘৃত ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রে মুখ ঢাকিয়া রাখিবে। অনন্তর তীব্র জ্বাল না দিয়া পাক-পাত্র দমে বঁসাইয়া রাখিবে এবং অন্ন বেশ সূক্ষ্ম হইলে অবশিষ্ট ঘৃত পোলাওয়ের উপর ছড়াইয়া দিয়া নামা-ইয়া লইলেই খাসা পলান্ন পাক হইল। এখন ভোক্তাগণ উহার আশ্বদেন বুঝিতে পারিবেন, খাসা পলান্ন রসনার আদর পাইবার যোগ্য কি না।

পীতবর্ণের পোলাও।

ভাল করিয়া রং ফলাইতে পারিলে এই পোলাওয়ের বর্ণ ঠিক সোণের ছায় হইয়া থাকে। পীতবর্ণ পলান্ন কেবলমাত্র যে, দেখিতে নয়নানন্দ-কর তাহা নহে, রসনারও অতি উপাদেয়। অত্যাশ্রয় পোলাও রন্ধন অপেক্ষা উহার রন্ধন নিয়ম কিছুমাত্র কঠিন নহে। অতএব মনে করিলে প্রত্যেক পাচক ও পাচিকা এই পোলাও পাক করিতে সমর্থ হইবেন, তাহাতে কোন সন্দেহ নাই।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চাউল এক সের, ঘৃত আড়াই পোয়া, চিনি তিন পোয়া, পেয়িত জাকরণ ছর আনা, কিস্মিস এক পোয়া, চক্রাকৃতি পলাঙুখণ্ড আধ পোয়া, বাদাম আধ পোয়া, পেস্তা আধ পোয়া।

প্রথমে চিনির পানক প্রস্তুত করিয়া তাহাতে কিরং পরিমাণ পেষিত জাকরণ ও ঘৃত মিশ্রিত করিবে। আর পূর্বে যে, চক্রাকৃতি পিয়ার কুটিয়া রাখা হইয়াছে, এক্ষণে তাহা এবং বাদাম ও পেস্তাদি ঘৃতে বাদামী রঙে ভাজিয়া অত্র একটা পাত্রে ভুলিয়া রাখিবে।

এদিকে পোলাওয়ার চাউলগুলি উত্তমরূপে ধৌত করিয়া অধিক জলে অর্ধসিদ্ধ করতঃ তাহার মাড় গালিয়া ফেলিবে। উত্তমরূপে মাড় গালা হইলে ঐ অর্ধসিদ্ধ চাউলে অবশিষ্ট জাকরণ বাটা মাখাইয়া পাক-পাত্রে স্থাপন করিবে। অনন্তর পূর্বপ্রস্তুত পানক চাউলে ঢালিয়া দিয়া সমুদায় ঘৃত ও ভর্জিত পিয়ার এবং পেস্তাদি তাহার উপর দিয়া দমে রাখিবে। দুমে বেশ সুসিদ্ধ হইলে উহা নামাইয়া লইলেই পীতবর্ণের পোলাও পাক হইল।

ভোক্তার রুচি অনুসারে কেহ কেহ আবার বাদাম, পেস্তা এবং কিস্মিস্ ঘৃতে ভাজিয়া পরিবেশনকালে পোলাওয়ার উপর ছড়াইয়া দিয়া আহার করিয়া থাকেন। রন্ধন সময় অথবা আহারকালে লবণ ব্যবহার করিলেই চলিতে পারে।

পীতবর্ণের পোলাও রন্ধনে জাকরণই যে, একমাত্র রঙের কারণ তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারিয়াছেন। অতএব ভাগ্যকরম রংদার জাকরণ না হইলে উত্তমরূপ রঙ ফলিবে না তাহা যেন মনে থাকে।

দুধ-পলান ।

(প্রকারান্তর ।)

এই পলান অতি উপাদেয় সুখাদ্য । একবার আহার করিলে উহার আশ্বাদন তুলিতে পারা যায় না । দুধের পোনা ও পাকের নিয়ম অতি সহজ । যেরূপে উহা পাক করিতে হয়, তাহার নিয়ম লিখিত হইল ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—দুধ দুই সের, ঘৃত দেড় পোয়া, চাউল এক সের, মাংস এক সের, বাদাম আধ পোয়া, কিস্‌মিস্ এক পোয়া, পেস্তা আধ পোয়া, ধনে দুই তোলা, আদা দুই তোলা, তেজপাতা আধ তোলা, মরিচ আট আনা, গন্ধদ্রবা আট আনা, মিছরি এক তোলা, লবণ তিন তোলা ।

কোম্বা প্রস্তুতের নিয়মানুসারে অর্দ্ধ পোয়া ঘৃত ও সমস্ত মনলার সহিত মাংসের কোম্বা রন্ধন করিয়া ঢাকিয়া রাখিবে ।

একণে চাউলগুলি দুধে অর্দ্ধ দিক্ করিয়া পাত্রান্তরে রাখিয়া দিবে । তৎপরে একটা পাক-পাত্রে আধ পোয়া ঘৃত দিয়া পাকাইয়া তাহাতে পেস্তা, বাদাম ও কিস্‌মিস্‌গুলি বাদামী ধরণে ভাজিয়া পাত্রান্তরে তুলিয়া রাখিবে । একণে উদ্ভৃত ঘৃত সমেত পাত্রটী নামাইয়া তাহাতে তেজপত্র উত্তম-রূপে সাজাইয়া দিয়া স্তরে স্তরে মাংস ও অন্ন সাজাইয়া অবশিষ্ট ঘৃত এবং ভাজা পেস্তা ইত্যাদি ও মিছরির গুঁড়া উপরে ছড়াইয়া মুখ ঢাকিয়া একঘণ্টাকাল দমে বসাইয়া রাখিবে ।

পরিবেশনকালে একবার উত্তমরূপে উন্টাইয়া পাণ্টাইয়া পরিবেশন করিবে ।

পুরী-পলান্ন ।

মাংস দুই সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, বাদাম আধ পোয়া, কিসমিস্ আধ পোয়া, পেস্তা আধ পোয়া, ময়দা দুই ছটাক, আদা এক ছটাক, ডিম একটা, ধনে চারি তোলা, সা-জীরা এক তোলা, তেজপাতা এক তোলা, মরিচ এক তোলা, গন্ধ মসলা এক তোলা, জাক্রাণ চারি আনা, লবণ আট তোলা ।

আখনি প্রস্তুতের নিয়মামুসারে এক সের মাংসের আখনি পাক করিয়া মাংস ও ঘৃষ পৃথক পৃথক পাত্রে রাখিবে । এখন ছোট এলাচের দানা ঘৃতে ফোড়ন দিয়া মাংস ও ঘৃষ পৃথক পৃথক সন্তলন করিয়া ভিন্ন ভিন্ন পাত্রে রাখিবে । অনন্তর পাকপাত্রে তেজপাতা সাজাইয়া তাহার উপর জীরা ছড়াইয়া দাও । দুই আনা আস্ত গন্ধদ্রব্য মাংসের সহিত মিশাইয়া তাহার উপর সাজাইয়া রাখ । এদিকে চাউল জলে অর্ধসিদ্ধ করিয়া পরে মাংসের ঘৃষে সুসিদ্ধ করিয়া উহাতে দুই আনা গন্ধদ্রব্য মিশাইয়া উহাও ঐ মাংসের উপর এক থাক সাজাও ; এইরূপে থাক থাক সাজানর পর পাঁচ মিনিট তাপ দিয়া পরে এক পোয়া ঘৃত দিয়া এক ঘণ্টা তপ্ত অগ্নারে স্থাপন কর ।

এদিকে অবশিষ্ট এক সের মাংস সূক্ষ্মভাবে খুরিয়া আধ পোয়া ঘৃত ও অমৃত মসলা উপযুক্ত পরিমাণে লইয়া প্রলেহ পাক কর। এখন ঐ প্রলেহ বাটিয়া ডিমের ষেতাংশ, ময়দা এবং উপযুক্ত লবণের সহিত নিশাইয়া দল। দলা হইলে লেচি পাকাইয়া পাতার মত পাতলা পাতলা ছোট ছোট রুটী বেল; বাদাম ও পেস্তা ঘৃতে ভাজিয়া কিস্মিসের সহিত বাটি; এই বাটা দ্রব্য দুইখানি রুটির মধ্যে সাজাইয়া ঐ দুই রুটির পাশ মুড়িয়া দাও। এইরূপ যে কয়খানি পুরী প্রস্তুত হয়, তাহা অবশিষ্ট ঘৃতে ভাজ।

পরিবেশনকালে পলানের উপর এই পুরী এক একখানি দাও। লিখিত নিয়মে পাক করিলে পুরীপলান প্রস্তুত হইল।

চমকান্ন।

চমকান্ন বা চনকান্ন এক প্রকার পোলাও বলিলেই হয়। ইহা অতি সুখাদ্য অথচ সহজ উপায়ে প্রস্তুত হইয়া থাকে।

যে রূপ চাউলে পোলাও পাক করিতে হয়, সেইরূপ চাউল অন্নরন্ধনের নিয়মানুসারে অর্ধ সিদ্ধ করিয়া লইবে।

এদিকে আলু বা পোলাওয়ের উপযুক্ত মংত্র ঘৃতে ভাজিয়া লইতে হইবে। উহা এরূপ ভাজা আবশ্যক যেন লাল লাল ধরণের হইয়া উঠে।

অনন্তর অন্নের মাড় গালিয়া দেই রন্ধনে অন্ন, ভাতভাজার নিয়মানুসারে ঘৃতে ভাজিতে হইবে এবং ভাজার সময় তাহাতে

আলু কিষা মংস্ত (পূর্বপ্রস্তুত) ঢালিয়া দিতে হইবে। রুচি অনুসারে কেহ কেহ অন্ন ভাজিবার সময় তাহাতে কিঞ্চিৎ গোলমরিচের গুঁড়াও ছড়াইয়া দিয়া থাকেন।

এইরূপে ভর্জিত অন্নের সহিত আলু কিষা মংস্ত মিশান হইলে আর একটা পাক-পাত্র দ্বত সমেত জালে চড়াইয়া তাহাতে তেজপত্র এবং ছোট এলাচের দানা দিয়া সন্ধরা দিতে হইবে। দ্বত একরূপ নিয়মে দিতে হইবে যেন অন্নগুলি বেশ মাথা মাথা হয়। এই সময় আর একটা কথা মনে রাখা আবশ্যক, অবধা কেহ কেহ এই সময় সন্ধরা না দিয়া অন্ন ভাজিবার সময় একেবারে সন্ধরার কাজ সারিয়া লইয়া থাকেন। কলতঃ পাচক কিষা পাচিকা ইচ্ছানুসারে এই উভয়বিধ নিয়মের মধ্যে যে কোন প্রকার নিয়ম অবলম্বন করিতে পারেন।

অনন্তর জাল হইতে নানাইবার সময় তাহাতে ছোট এলাচ, দারুচিনি, লবঙ্গ এবং তেজপত্রখাটা দিয়া একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া লইলেই চমকান প্রস্তুত হইল। যে সকল মসলার কথা লিখিত হইল তৎসমুদায়ের পরিমাণ অধিক হইলে কিষা মসলা দেওয়ার পর অনেকক্ষণ জালে থাকিলে আশ্বাদন নন্দ হইয়া উঠিবে।

পোলাওয়ের ত্রায় পূর্বে অর্থাৎ ভাজিবার সময় লবণ দিতে পারা যায় কিষা আহারের সময়ও লবণ মাখিয়া থাকিলে চলিতে পারে। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, ভাল

করিয়া রাখিতে পারিলে পোলাও অপেক্ষা চমকান্ন রসনার সমধিক তৃপ্তিকর হইয়া থাকে ।

চোলাও ।

পোলাওয়ের স্থায় চোলাও অতি সুখাদ্য । পোলাও মংস্ত ও মাংস দ্বারা প্রস্তুত হইয়া থাকে কিন্তু চোলাওতে ঐ সকল ব্যবহার হয় না । নিম্নলিখিত উপকরণ দ্বারা চোলাও পাক হইয়া থাকে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, লবণ এক ছটাক, লবঙ্গ এক তোলা, ছোট এলাচ এক তোলা, সা জীরা এক তোলা, চিনি এক ছটাক, সাদা মরিচ দেড় তোলা, তেজপত্র আধ তোলা, দধি এক পোয়া, দধির সর আধ পোয়া, আদা ছেঁচা এক ছটাক, জল তিন সের ।

এখন সমুদায় আদা এবং অর্দ্ধেক পরিমাণ মসলা পৃথক পৃথক কাপড়ে ঢিলাভাণ পুটলি বাধিয়া একটা হাঁড়ি অথবা ডেকচিতে জলের সহিত সিদ্ধ কর । জ্বালে জল লাল বর্ণ হইলে নামাইয়া রাখ ।

এদিকে অপর আর একটা পাক-পাত্রে অর্দ্ধেক ঘৃত জ্বালে চড়াও এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে অর্দ্ধেক এলাচের দানা ও লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া নাড়িতে থাক । উহা অধ ভাজা হইয়া আসিলে তাহাতে চাউল (চাউলগুলি পোলাওয়ের স্থায় প্রস্তুত আবশ্যক) ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে আরম্ভ কর । অধি-

কাংশ চাউল ফুটিয়া উঠিলে পূর্বোক্ত মসলার জল ছাঁকিয়া তাহাতে ঢাকিয়া দাও এবং উহার সহিত দধি ও দধির সর, লবণ, চিনি এবং অবশিষ্ট মসলা দিয়া পাক-পাত্রে মূখ ঢাকিয়া জ্বাল দিতে থাক। এই সময় একটা কথা মনে রাখা আবশ্যিক ; অর্থাৎ পোলাও রাখিতে যে পরিমাণে আত্মনির জল দিতে হয়, মসলার জলও সেই পরিমাণ দিবে। জ্বালে জল মরিয়া আসিলে আচ্ছাদন খুলিয়া অবশিষ্ট ঘৃত ও চিনি দিয়া পুনরায় মুখ বন্ধ করিয়া দগ্নে বসাইয়া রাখিবে। রস শুকাইলে নামাইয়া আহার করিয়া দেখে চোলাও কেমন রসনার আনন্দ বর্ধন করিবে।

বিরিয়ানী ।

প্রথমতঃ—কিয়ং পরিমাণে মাংস লইয়া টুকুঁরা টুকুঁরা করিয়া কাটিয়া লও। এখন একটা সরু শলাকা দ্বারা ঐ টুকুরাগুলি ছিদ্র ছিদ্র কর। পরে উপযুক্ত পরিমাণ আদার রস, দধি এবং লবণ মাখিয়া মাংসগুলি দুই ঘণ্টা পর্যন্ত ঢাকিয়া রাখ।

দুই ঘণ্টা পরে আবশ্যিকমত গোলমরিচ, সা-জীরা, ছোট-এলাচ এবং লবঙ্গ দধিতে চন্দনের মত বাটিয়া পূর্বোক্ত মাংসে মাখাইয়া তাহাতে পুনর্ব্বার কিয়ং পরিমাণে দধি দিবে।

এখন একটা পাক-পাত্রে কিঞ্চিৎ ঘৃত দিয়া তাহার উপর এক থাক চাউল সাজাও। চাউলের উপর পূর্ব্বরকিত এক থাক মাংস সাজাও। এইরূপে পরিমাণমত চাউল ও মাংস

সাজাইয়া রাখ। মাংস ও চাউল এরূপ নিয়মে সাজাইবে যেন কম কিম্বা বেশী না হয়।

এদিকে আর একটি পাত্রে মাংস ও চাউলের উপযুক্ত ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া পাকাইয়া লও এবং তাহাতে লবঙ্গ ও ছোট এলাচের দানা অর্ধভাজা করিয়া ঘৃতের সহিত উহা চাউল ও মাংস সাজান পাত্রে ঢালিয়া দাও। এখন উহাতে উপযুক্ত মত জল দিয়া পাক-পাত্রে মূখ আচ্ছাদন করতঃ ময়দা দিয়া আঁটিয়া দাও।

বিরিয়ানী পাকে অঙ্গাবের জাল প্রশস্ত। অন্যান্য এক ঘণ্টা জ্বালে রাখ। অর্থাৎ পাক-পাত্রে নিকট কাণ পাতিলে যখন শুনা যাইবে অন্ন শব্দ হইতেছে, তখন অপেক্ষাকৃত অন্ন আঁচে দমে রাখিবে। পরে তাহা নামাইয়া লইলেই বিরিয়ানী পাক হইল।

চাউলের পরিবর্তে অর্ধসিদ্ধ অন্নেও বিরিয়ানী পাক হইতে পারে। কিন্তু আধকুটন্ত ভাতে যে, ঘৃত প্রভৃতির পরিমাণ অন্ন লাগে এবং জল আদৌ দিতে হয় না তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারেন।

মিষ্টিপাকে পীতবর্ণ অন্ন।

নানা উপায়ে অন্ন পাকের প্রথা প্রচলিত দেখিতে পাওয়া যায়। সাধারণতঃ যে নিয়মে অন্ন পাক হইয়া থাকে তাহা

সকলেই অবগত আছেন (১)। সুতরাং তাহা উল্লেখ না করিয়া মিষ্টপাকে পীতবর্ণ-বিশিষ্ট অন্ন কি নিয়মে পাক করিতে হয় তাহাই লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চাউল এক সের, বাতাসা বা ভাল চিনি আধ পোয়া, স্নত আধ সের, জাকরণ দুই আনা।

ভাল রকম চাউলে যে, এই অন্ন পাক করা আবশ্যক তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারিয়াছেন। কারণ যে পরিমাণে স্নতের উল্লেখ করা হইয়াছে, পোলাওয়ের উপযুক্ত চাউল ভিন্ন উহা কখনই টানিতে পারে না। অতএব যে সকল চাউলে পোলাও পাক হইয়া থাকে, সেইরূপ চাউল উত্তমরূপ ঝাড়িয়া এবং ধুইয়া অন্নপাকের নিয়মে জ্বালে চড়াইবে। এদিকে পরিমিত জ্বলে জাকরণ ও বাতাসা গুলিয়া উষ্ণ স্নতে তাহা মিশাইয়া খুব নাড়িতে থাকিবে এবং অন্ন অর্ধসিক্ত হইলে তাহার নাড় বা ফেন গালিয়া ফেলিবে। অনন্তর বাতাসা ও জাকরণ মিশ্রিত স্নতে তাহা ঢালিয়া দিয়া দমে বসাইবে। আগুনের আঁচে অন্নকণ থাকিলেই রস শুষ্ক হইয়া অন্ন উত্তম-

(১) চাউল দেবে যত তত।

জল দেবে তার তিন তত ॥

ফুটলে পরে ভাতে কাটি।

তারপর দেবে জ্বালে ভাটি ॥

উপরিলিখিত প্রবাদটী মনে রাখিয়া অন্ন পাক করিলে সহজেই অন্ন রন্ধন করা যাইতে পারে।

রূপ সুসিদ্ধ হইবে। অনন্তর তাহা দন হইতে নামাইয়া লই-
লেই আহ্বারের উপযোগী হইল।

আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি দমের অবস্থার উহাতে
কিছু ছোট এলাচের দানা, বাদাম, পেস্তা এবং কিস্মিস
মিশাইলে আশ্বাদন ঠিক মিঠা পোলাওয়ের স্থায় হইয়া থাকে।
অভ্যাগত ব্যক্তিকে হঠাৎ পোলাও আহ্বার করাইতে হইলে
এইরূপ পাক করিলে চলিতে পারে।

খয়বরী জেরুবিরিয়ান ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস দুই সের, চাউল
একসের, ঘৃত দুই সের, দধি দুই ছটাক, আদা এক ছটাক,
মরিচ দুই ছটাক, ধনে এক ছটাক, কলজীরা এক তোলা,
তেজপত্র দুই তোলা, গন্ধদ্রব্য এক তোলা, লবঙ্গ চারি আনা,
জাফরাণ তিন আনা, লবণ আট তোলা।

মাংসখণ্ডগুলিতে আদার রস ও লবণ মাখিয়া দেড় ঘণ্টা
রাখ। পরে এলাইচ, ধনে ও জাফরাণ বাটা এক ছটাক দধির
সহিত গুলিয়া ঐ মাংসে পুনর্বার মাখ।

এদিকে পাক-পাত্রে তেজপত্র সাজাইয়া খণ্ড খণ্ড দারুচিনি
ও জীরা ছড়াইয়া তাহার উপর সমস্ত মাংস ঢালিয়া দাও।
উহার উপর লবঙ্গ ছড়াইয়া পরে দেড় সের ঘৃত ছড়াইয়া দাও।
পরে চাউলগুলি অবশিষ্ট দধির সহিত মিশ্রিত করিয়া ঐ

মাংসের উপর সাজাইয়া রাখ। পাক-পাক্সে আচ্ছাদন দিয়া ময়দা দ্বারা চারিদিক বন্ধ করিয়া একখানি কাঠের জাল দাও। দধির জল শুষ্ক হইয়া কেবল ঘূতের শব্দ উঠিলে অল্প-ক্ষণ কিঞ্চিৎ অধিক পরিমাণে তাপ দিয়া পঁয়তাল্লিশ মিনিট তপ্তাদ্বারের উপর রাখ। পরে আচ্ছাদন তুলিয়া অবশিষ্ট ঘূত ছড়াইয়া দিয়া পুনর্বার পূর্ববৎ আচ্ছাদন দিয়া দেড় ঘণ্টা রাখ। অনন্তর উহা আহার করিয়া দেখ, এই খাদ্য কেমন মুখ-প্রিয়।

নুরমহলি জের বিরিয়ান ।

উপকরণ ও পরিমাণ :—মাংসখণ্ড এক সের, চাউল এক সের, দধি এক পোয়া, ঘূত এক পোয়া, ময়দা এক পোয়া, ছোলার দাইল দুই ছটাক, তেজপত্র আধ ছটাক, আদা চারি তোলা, ধনে দুই তোলা, কালজীর এক তোলা, মরিচ এক তোলা, গন্ধজবা চারি আনা, লবঙ্গ দুই আনা, জাফরাণ এক আনা, লবণ ছয় তোলা।

প্রথমে মাংসে লবণ ও আদার রস মাখিয়া তিন কোয়ার্টার পর্য্যন্ত ঢাকিয়া রাখিবে। পরে দধি মাখিয়া পুনর্বার কুড়ি মিনিট রাখিবে। অনন্তর পাক-পাক্সে ঘূত চড়াইয়া ফোড়ন দিয়া ঐ মাংস সাঁতলাইয়া লইবে। সাঁতলানর পর ধনেবাটা জলে গুলিয়া দিয়া সিদ্ধ করিবে। জ্বালে জল শুকাইয়া লইবে।

এদিকে অন্য একটা পাক-পাত্রে চাউলগুলি অর্ধমিদ্ধ হউক ও তৃতীয় পাত্রে ছোলার দাইল সিদ্ধ কর ।

চতুর্থ পাত্রে তেজপত্র সাজাইয়া তাহার উপর জীরা ছড়াইয়া দাও । পরে উহার উপর (প্রথম পাত্রে জল শুক হইয়া মাংস সিদ্ধ হইলে পর) ঐ মাংস লইয়া প্রথমতঃ এক থাক সাজাও । তাহার উপর মরিচ ও গন্ধমসলা ছড়াইয়া দাও । উহার উপর পুনরায় পূর্ববৎ তেজপত্র সাজাইয়া তাহাতে জীরা ছড়াইয়া দাও । অনন্তর দ্বিতীয় পাত্র হইতে কিঞ্চিৎ মাড়ের সহিত কেবলমাত্র সিদ্ধ চাউল লইয়া উহার উপর আর এক থাক সাজাও । এইরূপ পর্যায়ে মাংসাদি ও তণ্ডুলাদির বঁত থাক হইতে পারে সাজাও । কতক চাউলে কিঞ্চিৎ ঘৃত ও জাকরাণ মাখিয়া ঐ সাজান থাকের এক পাশে দাও ও তৃতীয় পাত্র হইতে সিদ্ধ ছোলার দাইল লইয়া অপর পাশে দাও । এইরূপে থাক সাজান হইলে ঐ সাজান দ্রব্য সকলের উপর একখানি সূক্ষ্ম ছিদ্রযুক্ত বাঁকুরী দ্বারা ঘৃত বর্ষণ কর । পরে ঐ সমস্ত ঘৃতাক্ত দ্রব্য একখানি বড় কুটি দ্বারা আচ্ছাদন করিয়া তাহার চারি পাশ ময়দা দিয়া একরূপ আঁটিয়া দাও যেন তাপ নির্গত না হয় । এইরূপে ছয় মিনিট তাপ দেওয়া হইলে ঐ আচ্ছাদনের উপর কোন ভারি দ্রব্য চাপাইয়া দুই দণ্ড তপ্তাপারের উপর রাখ । অনন্তর উহা নামাইয়া লইলেই সুরমহলি জের-বিরিয়ান পাক হইল ।

মংস্ত্রান্ন ।

পল্লবের ত্রায় ইহাও এক প্রকার উপাদেয় খাদ্য । মংস্ত্র
ও অন্ন দ্বারা পাক হয় বলিয়া ইহাকে মংস্ত্রান্ন কহিয়া থাকে ।
রোহিত, কাতলা প্রভৃতি বড় জাতীয় মংস্ত্রে উহা পাক করিতে
হয় । মংস্ত্র সুস্বাদু হইলে উহারও আশ্বাদন উত্তম হইয়া
থাকে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—ধোঁত মংস্ত্রখণ্ড এক সের,
চাউল এক সের, ময়দা এক পোয়া, ঘৃত এক পোয়া, লবণ
পাঁচ তোলা, দধি দুই ছটাক, আদার রস এক ছটাক, ধনে
দুই তোলা, গন্ধদ্রব্য আট আনা, লবঙ্গ চারি আনা, জাক্রাণ
এক আনা ।

মাচগুলি বড় বড় ধরণে চাঁকা চাঁকা করিয়া কুটিয়া লইয়া
তাহাতে অন্নমাত্রায় ঘৃত, লবঙ্গবাটা এবং আদার রস মাখাইয়া
তিন কোয়াটার ঢাকিয়া রাখ । পরে আচ্ছাদন খুলিয়া তাহাতে
জাক্রাণ ও এলাচবাটা এবং দধি মাখাইয়া আবার তিন
কোয়াটার পূর্ববৎ ঢাকিয়া রাখ ।

এখন পাক-পাত্রে তলার বাঁশের চেওয়াড়ী সাজাও ;
তাহার উপর তেজপত্র বিছাইয়া দাও । তেজপত্রের উপরি-
ভাগে এই মংস্ত্রগুলি সাজাইয়া রাখ এবং তাহার উপর আতু
লবঙ্গ ও দারুচিনির গুঁড়া ছড়াইয়া দাও ।

এদিকে পোলাওয়ার উপযুক্ত চাউল লইয়া তদ্বারা অন্ন
পাক করিতে থাক ; উহা অর্দ্ধ সিদ্ধ হইলে মাড় গালিয়া নরম

অন্নগুলি হাতার করিয়া মাছের উপর সাজাইয়া লও। অন্ন সাজান হইলে অবশিষ্ট ঘৃত উহার উপর চালিয়া দাও। এই সময় আর একটা কাজ করিতে হইবে,—যে ময়দা তালিকার লিখিত হইয়াছে, তন্মধ্য হইতে তিন ছটাক ময়দায় হাঁড়ির মুখ ঢাকে একপ বড় রকম একখানি রুটি প্রস্তুত কর। এখন এই রুটিখানি দ্বারা পাক-পাত্রেয় মুখ উত্তমরূপ আচ্ছাদন করিয়া তাহার উপর সরা ঢাকা দাও এবং অবশিষ্ট ময়দা দ্বারা চারিদিকের ছিদ্র রোধ কর। উপরে তপ্তাঙ্গুর রাখ ও নীচে দুইখানি কাষ্ঠ দ্বারা মুহু জ্বাল দিতে থাক। জ্বালে যখন রস শুকাইয়া ঘৃতের শব্দ শুনিতে পাওয়া যাইবে, তখন কেবলমাত্র দমে তিন কোলাটার রাখিয়া নামাইয়া লইলেই মৎস্তান্ন পাক হইল।

মৎস্তান্নে কাঁচা মাচ ব্যবহার হইয়া থাকে, উহা আদৌ ভাজিতে হয় না। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, ভাজা মাচ দ্বারাও উহা পাক হইতে পারে বটে, কিন্তু ভাজা মাচে রাখিলে তাহার আশ্বাদন অন্তরূপ হইয়া থাকে। কেহ কেহ মৎস্তান্নকে জেরুবিরিয়ানও কহিয়া থাকেন। জেরুবিরিয়ান যদিও পলানের জায় কিন্তু পোলাওয়ের মত উহাতে অধিক ঘৃত ও মসলাদি ব্যবহার হয় না।

বাটা মসলার পোলাও।

সাধারণতঃ অব্যুথ অর্থাৎ আখ্নির দ্বারাই পোলাও রন্ধন হইয়া থাকে; কিন্তু আখ্নি প্রস্তুত করিতে হইলে

অধিক মসলা এবং অধিক সময়ও নষ্ট করিতে হয়। এক্ষত্ৰ পোলাও রন্ধন সম্বন্ধে একটি সহজ উপায় জানা থাকিলে প্রয়োজনমত সামান্য ব্যয় এবং অল্প সময় মধ্যে সকলেই উহা পাক করিতে পারেন।

আত্মনির জলের উপর যে পোলাওয়ের জীবন সম্পূর্ণ নির্ভর করিয়া থাকে, তাহা বোধ হয় পাচকমাত্রেই অবগত আছেন। কিন্তু আমরা যে নিয়মটা লিখিতেছি, ইহাতে আত্মনির জল প্রয়োজন হয় না। পোলাও রন্ধনে যে যে মসলা ব্যবহৃত হইয়া থাকে, তাহা অনেকবার উল্লেখ করা হইয়াছে, সুতরাং এস্থলে তাহা আর লিখিত হইল না।

পোলাওয়ের উপযুক্ত মসলাগুলি দ্বারা আত্মনি প্রস্তুত না করিয়া তাহা খিচ-শুক্র করিয়া অর্থাৎ চন্দনের মত বাটিয়া লইবে। বাটা ভাল না হইলে পোলাও ভাল হইবে না। এক্ষত্ৰ মসলা বাটার প্রতি বিশেষরূপ মনোযোগ দিতে হয়। বাটিয়া উহা আবার পরিষ্কার কাপড়ে ছাঁকিয়া লইয়া চাউলে মাখিয়া পোলাও রন্ধন করিতে হইবে। পোলাওয়ের চাউলগুলি অগ্রে ঝাড়িয়া বাছিয়া অধিক জলে ধৌত করিয়া লইবে। ধৌত চাউলগুলি বাতাসে ছড়াইয়া দিয়া বেশ ঝরঝরে করিয়া লইবে। পরে সেই চাউলে সমুদার বাটা মসলা এবং অন্নমাত্রায় ঘৃত মাখাইয়া লইবে। অনন্তর সেই চাউলে বাদাম, পেস্তা এবং কিস্মিস্ মিশাইয়া লইলেই পোলাওয়ের উপযুক্ত হইল।

এদিকে একটি পাক-পাত্রে কিয়ৎ পরিমাণে ঘৃত দিয়া তাহার উপর তেজপত্র পাতিয়া দিবে; তেজপত্রের উপর বাদাম, কিস্মিস্ মিশান চাউলগুলি ঢালিয়া দিয়া তিন কড়া জল ঢালিয়া দিবে। অনন্তর তাহার উপর লবণ এবং অর্ধেক ঘৃত ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রটির মুখ ঢাকিয়া জ্বালে বসাইবে। জ্বালে একবার ফুটিয়া আসিলে অর্থাৎ চাউলগুলি অর্ধ সিদ্ধ হইলে জ্বালের তেজ কমাইয়া দিয়া কেবল আগুনের আঁচে রাখিবে এবং মধ্যে মধ্যে পাক-পাত্রটি ঘুরাইয়া দিতে থাকিবে। ঘুরাইয়া দেওয়ার উদ্দেশ্য এই যে, চারিদিকে যেন সমানরূপে আঁচ পায়। পরে যখন দেখা যাইবে, চাউল প্রায় শিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে অবশিষ্ট ঘৃত ঢালিয়া দিবে। জ্বালের ত্বরনম্যানুসারে অনেক সময় জ্বালের পরিমাণ ঠিক থাকে না।* এজন্য যদি জল কম পড়িয়াছে এরূপ বোধ হয়, তবে পোলাওয়ে আর জল না দিয়া দুগ্ধ অল্প পরিমাণে খাওয়াইতে থাকিবে। তাহা হইলে পোলাও বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে অথচ আন্বাদনও উত্তম হইবে। লিখিত নিয়মে পোলাও রন্ধন করিলে তাহাকে বাটা মসলার পোলাও कहিয়া থাকে। এস্থলে আর একটি কথা জানা আবশ্যক, এই পোলাও নিরামিষ ও অমিষ দুই প্রকারেই হইতে পারে। বাটা মসলার আমিষ পোলাও রাখিতে হইলে অগ্রে মাংস কাটিয়া কিম্বা কোন্দার পাকে রন্ধন করিয়া লইতে হয় এবং পোলাও প্রায় সুসিদ্ধ হইতে কিছু বিলম্ব আছে, এমন সময় ঐ মাংস তাহাতে

চালিয়া দিতে হয় । আর মৎস্ত দিতে হইলে অথোঁ উহা ভাল করিয়া ভাজিয়া লইবে, পরে চাউল সাজাইবার সময় তাহা সাজাইবে ।

নূরানি পলান ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস দেড় সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, আস্ত দারুচিনি এক আনা, দারুচিনি চূর্ণ এক আনা, আস্ত লবঙ্গ এক আনা, লবঙ্গ চূর্ণ এক আনা, ছোট এলাচ এক আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ এক আনা, জাকরাণ চূর্ণ এক আনা, পিয়াজ এক পোয়া, আদা দেড় তোলা, ধনে (আস্ত) এক তোলা, ধনে বাটা আধ তোলা, আস্ত মরিচ তিন আনা, মরিচ চূর্ণ এক আনা, কাঁলজীরা দুই আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা, দধি এক সের, পিটালি আবশ্যকমত ।

প্রথমে একটা পুটলিতে পিয়াজ, আদা খেঁত এবং ধনে বাধিয়া পাক-পাত্রে রাখিবে । পরে ক্রমশঃ আবশ্যকমত লবণ ও জল এবং মাংস দিয়া জ্বালে চড়াইবে এবং পাক-পাত্রে মৃদু উত্তমরূপে বন্ধ করিয়া মাংস সিদ্ধ হওয়া পর্য্যন্ত জ্বাল দিতে থাকিবে । মাংস সুসিদ্ধ হইলে জ্বাল হইতে নামাইবে এবং মসলা বাঁধা পুটলিটা পৃথক করিয়া মাংস ও যুগ্ম লবঙ্গ কোড়ন দিয়া সাঁতলাইয়া তণ্ডু অঙ্গারের উপর বসাইয়া রাখিবে ।

এদিকে চাউল অর্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া পূর্বপ্রস্তুত ঘূষে সিদ্ধ করিবে । এখন একটা ডেক্‌চিতে অল্প ঘৃত দিয়া

তাহার উপর কালজীরা ছড়াইয়া মাংস ও অথগু মসলা এবং মরিচ সাজাইবে । এই সাজান মাংসের উপর ঘূষে স্নিদ্ধ অন্ন এবং অবশিষ্ট ঘৃত প্রভৃতি দিয়া দমে বসাইবে । অনন্তর উহা নামাইয়া আহার করিবে ।

মৌকশ্বর পলান্ন ।

মৌকশ্বর খেচরান্নের স্থায় এই পোলাও উত্তম সুখাদ্য । মৌকশ্বর পলান্ন প্রস্তুত প্রণালী অতি সহজ । যে নিয়মে এই পোলাও পাক করিতে হয় তাহা পাঠ কর ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, সোণামুগের দাইল এক পোয়া, ঘৃত দেড় পোয়া, পিয়াজ এক পোয়া, দারুচিনি দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, লবঙ্গ দুই আনা, মরিচ দুই আনা, আদা দুই তোলা, ধনে দুই তোলা, কৃষ্ণজীরা দুই তোলা, লবণ সাড়ে চারি তোলা ।

প্রথমে মাংসগুলি খণ্ড খণ্ড করিয়া লইবে । এখন এই খণ্ড খণ্ড মাংস একটী পুটলিতে বাঁধিয়া পিয়াজ, আদা, ধনে, উপযুক্ত পরিমাণে লবণ ও জলসহ জালে চড়াইবে । মাংস স্নিদ্ধ হইলে জাল হইতে নামাইয়া পুটলিটী তুলিয়া ফেলিবে এবং ঘূষসহ মাংস লবঙ্গ ফোড়ন দ্বারা সন্তলন করিবে ।

এখন একটী পাক-পাত্রে কৃষ্ণজীরা সাজাইয়া তত্পরি মাংস এবং অবশিষ্ট মসলা সাজাইবে । মাংস ও মসলা সাজান হইলে অর্দ্ধাংশ দাইল ছড়াইয়া পাত্রটী রাখিয়া দিবে ।

এদিকে অবশিষ্ট দাইল ও চাউল আধনিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে এবং পূর্বপ্রস্তুত ঘূষে উহা সিদ্ধ করিয়া সজ্জিত মাংসের উপর ঢালিয়া দিবে । অবশিষ্ট ঘৃত উহাতে দিয়া দনে বসাইয়া রাখিবে ; পরে দম হইতে নামাইয়া লইলেই মোকশ্বর পলান প্রস্তুত হইল ।

মোসব্বৎ পোলাও ।

এই পোলাও মুসলমান জাতির মধ্যে সমধিক প্রচলিত । যে নিয়মে মোসব্বৎ পোলাও পাক করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস দেড় সের, চাউল এক সের, ঘৃত তিন পোরা, দারুচিনি তিন আনা, ছোট এলাচ তিন আনা, লবঙ্গ তিন আনা, মরিচ চারি আনা, পিয়াজ আধ সের, গুল্কা শাক দেড় সের, আদা তিন তোলা, কালজীরা দুই আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা ।

মাংস, পিয়াজ, আদা, ধনে, লবণ এবং জল এক সঙ্গে সুসিদ্ধ করিবে । সিদ্ধ হইলে জাল হইতে নামাইবে । পরে কোল বা ঘূষ কাপড়ে ছাঁকিয়া লইবে এবং ধনে প্রতৃতি হইতে মাংস-গুলি পরিষ্কার করিয়া ঘূষে মিশাইবে । এখন কোল মাংসসহ লবঙ্গ ফোড়নে সঁাতলাইবে । মাংস সঁাতলাইয়া ঘূষ হইতে মাংসগুলি পৃথক করিয়া রাখিবে ।

এদিকে গুল্কা শাক হইতে রস বাহির করিবে এবং পাক

পাত্রে কালজীরা ছড়াইয়া তড়পরি অথও মসলা ও মাংস মাজাইবে । মাংসের উপর আবার এক পোয়া পেষিত শাক মাজাইবে ।

এখন চাউল অর্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে । পরে অবশিষ্ট পেষিত শাক ও ঘূষ একত্র করিয়া তদ্বারা মাড়-গালিত অন্ন সুসিদ্ধ করিবে । সুসিদ্ধ হইলে পূর্ণপ্রস্তুত পাত্রে এই অন্ন ও সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দিয়া একবার দমে বসাইবে । দম হইতে নামাইয়া লইলেই মোসকবৎ পোলাও পাক হইল ।

জররী পোলাও ।

এই পোলাও যে, কেবলমাত্র রসনা তৃপ্তি-কর তাহা নহে । ইহা প্রস্তুত করারও বিশেষ পারিপাট্য আছে । অনেকে দেখিয়াছেন কিম্বা শুনিয়া থাকিবেন, একটা হাঁড়িতে রন্ধন করা হইয়াছে এবং সেই পাত্র হইতেই পরিবেশন করা হইতেছে অথচ লাল, সবুজ প্রভৃতি নানা বর্ণের পোলাও বাহির হইতেছে । পাক-প্রথা না জানিলে অবশ্যই ভোক্তাগণ আহার-কালে একরূপ দর্শন করিলে আশ্চর্য্য জ্ঞান করিবেন । পাচক-গণ রন্ধন কার্যে নৈপুণ্য দেখাইবার নিমিত্ত একরূপ পাক করিয়া থাকেন । কিরূপ নিয়মে এক পাত্রে এবং এক পাকে ভিন্ন ভিন্ন বর্ণের পলাও পাক করা যায় তাহা নিম্নে লিখিত হইতেছে ।

উপকরণ ও পরিমাণ :—মাংস এক পের, চাউল দেড়

সের, দুত তিন পোয়া, বাদাম বাটা তিন তোলা, দুধের সর এক পোয়া, পাতি লেবুর রস পনের তোলা, দাঁকুচিনি চারি আনা, ছোট এলাচ চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, মরিচ চারি আনা, চিনি সাড়ে বাইশ তোলা, ধনে তিন তোলা, কৃষ্ণজীরা দুই আনা, পিয়াজ এক পোয়া, আদা দেড় তোলা, দধ সূপারি ত্রক তোলা, আলুতা কিঞ্চিৎ, পেষিত জাফরাণ কিঞ্চিৎ, মৃগনাভি কিঞ্চিৎ ।

প্রথমে একটা পুটলিতে আদা, পিয়াজ, ধনে বাধিয়া পাক-পাত্রে স্থাপন করিবে। পরে তাহাতে মাংস, লবণ এবং জল ঢালিয়া দিয়া মুখ বন্ধ করিয়া দিবে। এখন উহা জ্বালে চড়াইয়া সিদ্ধ করিবে। মাংস উত্তমরূপে সিদ্ধ হইলে নামাইবে এবং পুটলিটা তুলিয়া ফেলিয়া দ্বিতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া যুষসহ মাংস সম্বলন করিবে। সাতলান হইলে যুষ হইতে মাংস পৃথক করিয়া রাখিবে।

এদিকে চাউলগুলি অর্ধসিদ্ধ করতঃ পূর্বপ্রস্তুত যুষে আস্ত গন্ধদ্রব্য ও অর্ধেক মরিচ দিয়া অন্নগুলি সিদ্ধ করিবে।

অন্ন পাক হইলে তাহা সমান চারিভাগে (আধ সের স্বতন্ত্র রাখিয়া) বিভক্ত করিবে এবং এক ভাগে সাড়ে সাত তোলা চিনি ও সাড়ে সাত তোলা লেবুর রস আর অর্ধেক পেয়া জাফরাণ মিশাইয়া পীত অর্থাৎ জরদ বর্ণ করিবে। এই জরদ-বর্ণ অন্ন একটা মৃত্তিকা পাত্রে রাখিয়া তাহাতে কিঞ্চিৎ দ্বিত মিশাইবে।

দ্বিতীয় ভাগ অল্পে পূর্বের স্তায় সাড়ে সাত তোলা চিনি ও লেবুর রস, দধি সুপারি এবং অবশিষ্ট জাফরাণ মাথিয়া হরিৎ অর্থাৎ সবুজ বর্ণ করিয়া কিঞ্চিৎ ঘৃত মিশাইয়া আর একটি মৃত্তিকা পাত্রে রাখিবে ।

তৃতীয় ভাগ অল্পে সাড়ে সাত তোলা চিনি ও আলতার রং মাথিয়া আর একটি মৃত্তিকা পাত্রে রাখিয়া কিঞ্চিৎ ঘৃত দিবে ।

চতুর্থ ভাগ অল্পে বাদাম বাটা, রস, কিঞ্চিৎ ঘৃত এবং অবশিষ্ট লবণ মাথিয়া অপর একটি পাত্রে রাখিবে ।

এখন পাক-পাত্রে কৃষ্ণজীরা ছড়াইয়া তড়পরি মাংস ও মরিচ এবং অথও মসলাসমূহ সাজাইবে । অবশিষ্ট আধসের অন্ন ঘূষের সহিত মাংসের উপর সাজাইয়া তাহার উপর চারি বর্ণের অন্ন প্রাক্তসহ স্থাপন করিবে এবং সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দিয়া দমে বসাইবে । এতলে একটি কথা মনে রাখা আবশ্যক ; চারি বর্ণের যে পৃথক অন্ন সাজাইয়া রাখিয়াছ, ঐ অন্ন (অর্থাৎ প্রত্যেক ভাগে) কিঞ্চিৎ কিঞ্চিৎ মুগনাতি দিবে ।

পরিবেশনকালে হয় পৃথক পৃথক কিম্বা সমুদায় পোলাও এক সঙ্গে মিশাইয়া লইবে । ভোক্তাগণ এইরূপ ভিন্ন ভিন্ন রূপ ও আশ্বাদন দ্বারা নিশ্চয়ই বিমোহিত হইবেন ।

কমা পোলাও ।

এই পোলাওয়ের পাক-প্রণালী অন্যান্য পোলাও পাক হইতে বিশেষ কোন প্রভেদ নাই । যেকোন উপকরণ ও ভাগ পরি-

মাগে কমা পোলাও পাক করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত তিন পোয়া, দারুচিনি বাটা দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, লবঙ্গ বাটা দুই আনা, আস্ত লবঙ্গ দুই আনা, পিয়াজ এক পোয়া, আদা বাটা তিন তোলা, ধনে বাটা দেড় তোলা, পেষিত জাফরাণ দুই আনা, মরিচ বাটা এক তোলা, বৃক্ষজীরা দুই আনা, লবণ তিন তোলা ।

প্রথমে মাংসগুলি খণ্ড খণ্ড করিয়া কুটিয়া লইবে । পরে আলো ঘৃত চড়াইয়া তাহাতে পিয়াজ ভাজিতে থাকিবে ও লাল্ছে রং হইলে মাংস ঢালিয়া দিয়া অনবরত নাড়িতে চাড়িতে থাকিবে । যখন দেখা যাইবে মাংসের রস বাহির হইয়া শুষ্ক হইয়া গিয়াছে, তখন পরিমাণমত জল, লবণ, ধনে, মরিচ এবং গন্ধদ্রব্য বাটা দিয়া পাক করিতে থাকিবে । সমুদায় ঝোল শুকাইয়া আসিলে জাফরাণ বাটা দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া রাখিবে ।

এদিকে চাউলগুলির অন্ন পাক করিয়া মণ্ড গালিয়া ফেলিবে । এখন এই অন্ন আস্ত গন্ধমসলাসহ ঘৃতে ভাজিবে । পরিবেশন-কালে অন্নের উপর মাংস দিবে ।

কবুলি পোলাও ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত তিন পোয়া, দারুচিনি দুই আনা, ছোট এলাচ দুই

আনা, লবঙ্গ দুই আনা, মরিচ চারি আনা, পিষাজ আধ সের, আদা দেড় তোলা, ধনে দেড় তোলা, কিস্মিস্ আধ পোয়া, ঘুতে ভাজা বাদাম আধ পোয়া, লবণ আধ পোয়া, কালজীরা দুই আনা ।

প্রথমে মাংস, পিষাজ, আদা, ধনে, লবণ, অন্ন পরিমিত ঘৃত এবং জল এক সঙ্গে উত্তমরূপে সিদ্ধ করিবে। সুসিদ্ধ হইলে উনান হইতে নামাইয়া কাপড়ে ছাঁকিবে। এখন উহা লবঙ্গ কোড়ন দিয়া ঘুতে সাতলাইয়া রাখিবে। এদিকে সিদ্ধ করা মাংস ঘুতে ভাজিতে থাকিবে এবং বাদাম বাটা দিয়া অনবরত নাড়িতে চাড়িতে থাকিবে। জালে রস মরিয়া আসিলে অথও গন্ধদ্রব্য ও কালজীরা ছড়াইয়া দিয়া তৎক্ষণাৎ অঙ্গারের উপর বসাইয়া রাখিবে।

এইরূপে চাউলগুলি অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মীড় গালিয়া ফেলিবে। পূর্বে যে যুব প্রস্তুত করিয়া রাখা হইয়াছে, তাহাতে এই অর্দ্ধসিদ্ধ চাউল সন্নিবিষ্ট করিবে; সিদ্ধ হইলে তৎক্ষণাৎ অঙ্গারস্থিত মাংসের উপর সাজাইয়া অবশিষ্ট উপকরণগুলি ঢালিয়া দিয়া দমে বসাইবে। দম হইতে নামাইয়া লইলেই কবুলি পলান্ন পাক হইল।

কেরমানি পোলাও ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, আদা দারুচিনি দুই আনা, আদা

লবঙ্গ দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, মরিচ চারি আনা, আদা দেড় তোলা, পিয়াজ এক পোয়া, আস্ত ধনে দেড় তোলা, কালজীরা দুই আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা ।

প্রথমে মাংস, আদা, পিয়াজ, ধনে, লবণ এবং জল এক সন্ধে স্নিদ্ধ করিবে। সিদ্ধ হইলে উনান হইতে নামাইয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লইবে। এখন মাংস ও ঘূষ এক সন্ধে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সস্তলন করিবে। পরে মাংস ও আখনি পৃথক পৃথক পাত্রে রাখিবে এবং যে পাত্রে মাংস রাখিবে তাহাতে আস্ত মসলা সাজাইবে।

এদিকে চাউল আধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে এবং আখনির জলে স্নিদ্ধ করিবে। অনন্তর মাংসসজ্জিত পাত্রে অর্থাৎ মাংসের উপর এই অন্ন সাজাইয়া কালজীরা বৃতে ভাজিয়া সমুদায় দ্রুত সমেত উহাতে ঢালিয়া দিয়া তপ্তাঙ্গারের উপর দমে বসাইবে। দম্ব হইতে নামাইয়া লইলেই কের্মানি পলান্ন পাক হইল। অন্যান্য পলানের স্থান এই পোলাও উত্তম সুখাদ্য।

কসেলি পোলাও ।

এই পোলাও সেমুই দ্বারা পাক করিতে হয়। সেমুই প্রস্তুত প্রণালী অনুসারে উহা তৈয়ার করিয়া লইবে* । যেক্রপ

* ২য় খণ্ড পাক-প্রণালী ২১৮ পৃষ্ঠা দেখ ।

ভাগ পরিমাণ দ্বারা কসেলি পোলাও পাক করিতে হয় তাহা পাঠ কর ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত তিন পোয়া, সেমুই দেড় পোয়া, আস্ত দারুচিনি দুই আনা, আস্ত লবঙ্গ দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, মরিচ চারি আনা, পিয়াজ এক পোয়া, আদা দেড় তোলা, আস্ত ধনে এক ছটাক, কালজীরা দুই আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা ।

অগ্নিতে পোলাওয়ের আত্মনির স্থায় প্রথমে মাংস, পিয়াজ, আদা, ধনে, লবণ এবং জল এক সঙ্গে সিদ্ধ করিয়া লইবে এবং তাহা ঘূতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সাতলাইয়া মাংস ও ঘূষ বা আত্মনি কাপড়ে ছাকিয়া পৃথক করিবে ।

পূর্ব্বে যে সেমুইয়ের কথা শনা হইয়াছে, তাহা এখন পরিমিত ঘূতে ভাজিয়া অল্প পরিমাণে জলের ছিটা দিয়া পাক করিবে । যখন দেখা যাইবে যে, উহা পাকে মোলায়েম হইয়াছে, তখন জল হইতে নামাইবে ।

এখন একটী পাক-পাত্রে জীরা সাজাইয়া তাহাতে মাংস সাজাইবে এবং মাংসের উপর অর্ধেক পরিমাণে সেমুই ও অথও মসলা সাজাইবে ।

এদিকে চাউলগুলি অল্প-পাকের নিয়মে জ্বালে চড়াইবে । চাউল সামান্য কুটিয়া আসিলে তাহাতে অপরংশ সেমুই ঢালিয়া দিবে এবং এক বলকের পর মাড় গালিয়া ফেলিবে । পূর্ব্বে যে পাক-পাত্রে মাংস সাজাইয়া রাখা হইয়াছে, এখন তাহার

উপর সেমুই ও অর্দ্ধসিদ্ধ অন্ন সাজাইয়া পূর্বপ্রস্তুত যূষ বা আখনি ঢালিয়া দিয়া জ্বালে বসাইবে। চাউন সিদ্ধ হইয়া আসিলে এবং যূষ শুক হইলে সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দমে বসাইবে। দম হইতে নামাইয়া লইলেই কসেলি পলান্ন পাক সমাপ্ত হইল। কসেলি পলান্ন যে কিরূপ স্নাত্যাদ্য তাহা আহার করিয়া দেখিলে বুঝিতে পারা যায়। মুসলমান জাতির মধ্যে এই পোলাও প্রথমে ব্যবহার আরম্ভ হয়। এক্ষণে হিন্দুগণও উহার ব্যবহার আরম্ভ করিয়াছেন। এই পোলাও অল্প প্রণালীতেও পাক হইয়া থাকে। ইচ্ছা করিলে উহা মধুরান্নও করিতে পারা যায়। কসেলি পোলাও প্রকারান্তরে পাক করিবার নিয়ম।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, সেমুই আধ সের, ঘৃত আড়াই পোয়া, দাকুচিনি দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, লবঙ্গ দুই আনা, মরিচ চারি আনা, পিয়াজ এক পোয়া, আদা দেড় তোলা, ধনে দেড় তোলা, কালজীরা দুই আনা, লবণ চারি তোলা, পিটালি কিঞ্চিৎ।

প্রথম প্রকরণে মাংস দ্বারা বেক্রপ আখনি প্রস্তুত করিয়া লওয়া হইয়াছে, এখনও সেইরূপ নিয়মে আখনি প্রস্তুত করিয়া সম্বরা দিয়া লইবে। এবং সেমুইগুলও ঘৃতে ভাজিয়া জ্বালে নরম করিবে। এখন একটী পাকপাত্রে কালজীরা ছড়াইয়া তাহাতে মাংস ও অর্দ্ধেক পরিমাণ সেমুই এবং অথও মসলা সাজাইয়া রাখিবে।

এখন আখনির জলে চাউল সিদ্ধ করিয়া পূৰ্ব্বপ্রস্তুত পাক-পাত্রে অন্ন সাজাইয়া তাহার উপর সেমুই ঢালিয়া দিবে এবং অন্ন পরিমাণে পিটালি ও সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া পাত্রটি দমে বসাইবে ।

কসেলি পলান্ন মধুরান্ন করিতে হইলে পানক প্রস্তুত করিয়া লইবে । এবং আধ সের পানকে অর্দ্ধেক সেমুই মিশাইয়া আখনির সহিত পোলাও পাক করিবে । রস শুদ্ধ হইয়া আসিলে অবশিষ্ট সেমুই এবং ঘৃত ঢালিয়া দিয়া দমে বসাইবে । এই পোলাও অন্ন-মধুর আশ্বাদ জন্ত অতি উপাদেয় হইয়া থাকে ।

এখনি পোলাও ।

এই পোলাও রন্ধন অতি সহজ । যেক্রমে নিম্নে এখনি পলান্ন পাক করিতে হয় তাহা পাঠ কর ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, দারুচিনি ছই আনা, লবঙ্গ ছই আনা, ছোট এলাচ ছই আনা, মরিচ চারি আনা, আদা দেড় তোলা, ধনে বাটা দেড় তোলা, পিঁয়াজ এক পোয়া, লবণ তিন তোলা ।

আখনি প্রস্তুত করিবার নিম্নে মাংস, লবণ, পিঁয়াজ, আদা, ধনে, সামান্য ঘৃত এবং জল এক লড়ে সিদ্ধ করিবে । সিদ্ধ হইলে উনান হইতে পাক-পাত্রটি নামাইয়া মাংস পৃথক

পাত্রে রাখিবে এবং আত্মনি কাপড়ে ছাঁকিয়া লইবে। অনন্তর ঘূতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া আত্মনি সন্তলন করিবে।

এখন এই আত্মনি হইতে অল্প পরিমাণ লইয়া পূর্বরক্ষিত মাংসে মিশাইয়া আল দিতে থাকিবে। জ্বলে সামান্য রস থাকিতে থাকিতে লবঙ্গ ফোড়ন দ্বারা সন্তলন করিবে। অনন্তর একটা পাক-পাত্রে কৃষ্ণজীরা ছড়াইয়া তাহাতে মাংস ও অথও মসলা সাজাইয়া রাখিবে।

এদিকে চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে এবং অল্পগুলি আত্মনির জ্বলে সিদ্ধ করিবে। এখন এই অল্প পাকসের উপর সাজাইয়া সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দমে বসাইবে এবং নিয়মান্তে পোলাওয়ের তায় দম হইতে নামাইয়া লইবে।



রসাল পলান্ন ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, মুগের দাইলের বড়ি আধ সের, হরিদ্রা বাটা ছই তোলা, আদা বাটা ছই তোলা, ছোট এলাচ ছয় আনা, লবঙ্গ ছয় আনা, দারুচিনি ছয় আনা, ধনে ছই তোলা, মরিচ দশ আনা, লবণ চারি তোলা।

প্রথমে আধ পোয়া ঘূতে হরিদ্রা বাটা ভাজিয়া ঘৃত ছাঁকিয়া লইবে। এখন এই ঘূতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া মাংস ভাজিয়া আবশ্যকমত জল দিয়া স্নিদ্ধ করিবে।

এদিকে আধ পোয়া দ্বতে বড়ি ভাজিয়া লইবে। অনন্তর চাউল, বড়ি এবং মাংস পাক-পাত্রে সাজাইয়া রাখিবে।

তালিকায় যে সকল মসলা লিখিত হইয়াছে, তদ্বারা আধুনির জল তৈয়ার করিয়া মাংস ও চাউল সাজান পাক-পাত্রে ঢাকা খুলিয়া দিবে। পরিমিত জল ও লবণ দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া জ্বালে বসাইবে। চাউল সুসিদ্ধ হইবার উপক্রম হইলে জ্বালের আঁচ কমাইয়া দমে বসাইবে এবং অবশিষ্ট দ্বত উহাতে ঢালিয়া দিবে। অনন্তর উহা নামাইয়া লইলে রসালা পোলাও পাক সমাপ্ত হইল।

পাতিলেবুর পোলাও।

পাতি, কাগজি এবং কমলা প্রভৃতি নানা জাতীয় লেবু দ্বারা পোলাও প্রস্তুত হইয়া থাকে। ভিন্ন ভিন্ন জাতীয় লেবু দ্বারা পোলাও পাক করিলে আনন্দন বিভিন্ন প্রকার হয়। যে নিয়মে পাতিলেবুর পোলাও পাক করিতে হয়, এক্ষণে তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, দ্বত আধ সের, পাতিলেবুর রস আধ সের, চিনি আধ সের, কিস্মিন্ আধ পোয়া, বাদাম আধ পোয়া, আদা দুই তোলা, ধনে দুই তোলা, দারুচিনি ছয় আনা, ছোট এলাচ ছয় আনা, লবঙ্গ ছয় আনা, জাকরাণ সিকি তোলা, লবণ তিন তোলা।

প্রথমে ধনে, আদা, লবণ, পরিমিত জল এবং মাংস একত্রে সিদ্ধ করিয়া আত্মনি প্রস্তুত করিয়া লইবে।

এদিকে দেড় ছটাক লেবুর রসে চাউল মাখিয়া রাখিবে।

মাংস সুসিদ্ধ হইলে উনান হইতে নামাইবে এবং ঘূতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া স্নাতলাইবে। পরে কাঁপড়ে ছাঁকিয়া আত্মনি পৃথক করিবে। এখন উহাতে চিনি ও আধপোয়া লেবুর রস মিশাইয়া একবার জ্বালে ফুটাইয়া রাখিবে। অনন্তর মাংসে গন্ধমসলা বাটা ও জাফরাণ মাখিয়া আত্মনির সঙ্গে মিশাইবে।

পূর্বে যে চাউলে লেবুর রস মাখিয়া রাখা হইয়াছে একপে তাহা অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে এবং তাহাতে মাংস সহ আত্মনি মিশাইয়া এক ফুট ফুটাইয়া ঘৃত ঢালিয়া দিয়া দমে বসাইবে।

পরিবেশনকালে কিস্মিন্ ও বাদাম ঘূতে ভাজিয়া পোলা-ওয়ের উপর ছড়াইয়া দিবে।

নরগেসি পোলাও ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, আস্ত দারুচিনি দুই আনা, দারুচিনি চূর্ণ এক আনা, আস্ত লবঙ্গ দুই আনা, লবঙ্গ চূর্ণ এক আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ এক আনা, আদা দেড় তোলা, পিয়াজ এক পোয়া, কাগজীরা দেড় তোলা,

ধনে আধ পোয়া, মরিচ এক তোলা, পাংশাক এক পোয়া, গাজর এক পোয়া, কাঁচা ছোলার দাইল আধ পোয়া, লবণ তিন তোলা।

প্রথমে মাংসে পিয়াজ, আদা, ধনে আবশ্যকমত লবণ ও জল দিয়া সিদ্ধ করিবে। সিদ্ধ হইলে মাংস অপর একটি পাত্রে তুলিয়া রাখিবে এবং ঘূষ বা আখনি কাশড়ে ছাকিয়া ঘূতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সম্বরা দিবে।

এদিকে চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিবে এবং পূর্ব-প্রস্তুত ঘূষ বা আখনির জলে উহা সুসিদ্ধ করিবে।

এখন একটি পাক-পাত্রে কুণ্ডলীরা ছড়াইয়া তাহার উপর মাংস এবং সমুদায় আস্ত মসলা সাজাইবে। মাংসের উপর অন্ন সাজাইবে। অন্নের উপর গাজরখণ্ড ও দাইল, ঘৃত (ঘূতের ছই আনা পরিমাণ রাখিয়া) এবং পরিমাণমত লবণ দিয়া তপ্তাদ্বারের উপর স্থাপন করিবে।

এদিকে শাকে সমুদায় ঘৃত, লবণ এবং আবশ্যক মত জল দিয়া শুদ্ধ প্রলেহে পাক করিবে। পাক করা হইলে অল্প একটি পাত্রে সাজাইয়া রাখিবে। যে পাত্রে শাক রাখিবে, সেই পাত্রটি জ্বালে চড়াইয়া তাহার উপর ডিম ভাঙ্গিয়া দিবে এবং পরিমাণমত লবণ ও সমুদায় চূর্ণ মসলা দিয়া তপ্ত অদ্বারের উপর রাখিবে। সুপক্ক হইলে উনান হইতে নামাইবে। পলান্ন পরিবেশনকালে তাহার উপর ডিম সহ শাক পরিবেশন করিবে।

দম্পোক্ত পোলাও ।

এই পোলাও অত্যন্ত রসনা তৃপ্তি-কর । যে সকল উপকরণ দ্বারা দম্পোক্ত পলান্ন পাক করিতে হয় তাহা নিম্নে লিখিত হইল ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, পাখী একটা, চাউল এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, কিসমিস্ আট পোয়া, দাকচিনি চূর্ণ তিন আনা, ছোট এলাচ তিন আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ এক আনা, লবঙ্গ চূর্ণ তিন আনা, আস্ত লবঙ্গ এক আনা, মরিচ বাটা দুই আনা, মরিচ চূর্ণ দুই আনা, পিষাজ এক পোয়া, আদা বাটা দেড় তোলা, ধনে বাটা দেড় তোলা, জাকরণ এক আনা, লবণ ছয় তোলা ।

প্রথমে মাংসগুলি খুব ছোট ছোট করিয়া কুটিয়া লইবে । পরে ঘৃতে পিষাজ ভাজিয়া তাহাতে উহা ভাজিবে । ভাজা হইলে ধনে ও আদা বাটা এবং লবণ দিয়া শুষ্ক প্রলেহে পাক করিবে এবং শেষে সমুদায় গন্ধ মসলা চূর্ণ উহার উপরে ছড়াইয়া দিয়া নামাটিয়া রাখিবে ।

এদিকে পাখীর পালক ও নাড়ি ভুঁড়ি পরিষ্কার করিবে এবং তাহার সর্ব্বাঙ্গে ছিদ্র ছিদ্র করিয়া পেট চিরিয়া দিবে । এখন পেটের ভিতর আদা বাটা ও কিসমিস্ পুরিয়া স্ততা দ্বারা মেলাই করিয়া দিবে এবং অবশিষ্ট লবণ, মরিচ চূর্ণ ও জাকরণ বাটা মাখাইবে । পরে এক পোয়া ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে উহা ভাজিতে থাকিবে । লালচে বর্ণ হইলে পরি-

মিত জলে সিদ্ধ করিবে এবং জলে শুক হইয়া ঘৃত থাকিতে থাকিতে নামাইবে ।

পূর্বে যে চাউলের পরিমাণ উল্লেখ করা হইয়াছে তাহা অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিবে । অনন্তর পাক-পাত্রে আস্ত মসলা সমূহ সাজাইয়া তাহাতে পূর্বপ্রস্তুত মাংস ও অর্দ্ধ-সিদ্ধ চাউল সাজাইবে এবং অবশিষ্ট ঘৃত ঢালিয়া দিয়া দমে বসাইয়া রাখিবে । দম্ হইতে নামাইয়া পরিবেশনকালে পাখিটা পোলাওয়ের উপর দিবে ।

গোধূম পোলাও ।

চাউলের পরিবর্তে গোধূম দ্বারা এই পলান্ন পাক করিতে হয় । গোধূম পোলাওকে কেহ কেহ অবার গন্ডম্ পলান্নও কহিয়া থাকে । যে সকল উপকরণ ও ভাগ পরিমাণ দ্বারা এই পলান্ন রন্ধন করিতে হয়, তাহা লিখিত হইতেছে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—গোধূম এক সের, মাংস এক সের, ঘৃত আধ সের, আস্ত দারুচিনি দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, লবঙ্গ দুই আনা, মরিচ আড়াই আনা, আদা দেড় তোলা, ধনে দেড় তোলা, পিয়াজ এক শোয়া, কলিঙ্গীরা দুই আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা ।

প্রথমে মাংসে আদা, পিয়াজ, ধনে, লবণ, এবং জল দিয়া সিদ্ধ করিয়া আখনি প্রস্তুত করিয়া রাখিবে এবং ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সাতলাইয়া কাপড়ে ছাঁকিবে । এখন মাংস

ও আধুনি পৃথক্ পৃথক্ পাত্রে রাখিবে । যে পাত্রে মাংস রাখিবে তাহাতে কৃষ্ণজীরা ছড়াইয়া তাহার উপর মাংস এবং মাংসের উপর আস্ত গন্ধ মসলা ও অর্ধেক ঘৃত দিবে ।

অনন্তর গোধূম আধ ভাজা করিয়া আধু নিতে সিদ্ধ করিতে থাকিবে এবং সিদ্ধ হইয়া আসিবার উপক্রম হইলে অবশিষ্ট ঘৃত ঢালিয়া দিবে । এই সিদ্ধ গোধূম পূর্বপ্রস্তুত মাংসের উপর ঢালিয়া দমে বনাইবে । দম হইতে নামাইলেই গোধূম পলান্ন পাক হইল ।

তহোলি পোলাও ।

এই পলান্নও গোধূম দ্বারা পাক হইয়া থাকে । যে নিয়মে তহোলি পোলাও পাক করিতে হয় তাহার নিয়ম লিখিত হইতেছে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, গোধূম এক সের, ঘৃত আধ সের, দারুচিনি দুই আনা, লবঙ্গ দুই আনা, মরিচ চারি আনা, আদা দেড় তোলা, পিঁয়াজ এক পোয়া, ধনে দেড় তোলা, কালজীরা দুই আনা, লবঙ্গ সাড়ে চারি তোলা ।

প্রথমে গোধূম জলে সুসিদ্ধ করিবে । সিদ্ধ হইলে জল হইতে তুলিয়া উত্তমরূপ শুষ্ক করিবে । এখন এই শুষ্ক গোধূম পেষণকরতঃ ঝাড়িয়া পরিষ্কার করিয়া রাখিবে ।

এ দিকে মাংস, মাাদা, ধনে, পিয়াজ এবং লবণ পরি-
মিত্ত্ব জলে সিদ্ধ করিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লইবে । পরে মাংস
ও আর্থনি ঘূতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া শবরা দিয়া মাংস ও
আর্থনি পৃথক পৃথক পাত্রে রাখিবে । যে পাত্রে মাংস রাখিবে
তাহাতে জীরা ছড়াইয়া মাংস ও সমুদায় গন্ধ মসলা সাজা-
ইয়া রাখিবে ।

পূর্বে যে গোধূম চূর্ণ করিয়া রাখা হইয়াছে, তাহা পরি-
মিত্ত্ব ঘূতে অল্প ভাভিয়া আর্থনির জলে সিদ্ধ করিবে । এই
মমর উহাতে অল্প পরিমাণে ঘৃত দিবে । সিদ্ধ হইলে মাংস-
সাজিত পাত্রে সাজাইয়া তাহার উপর অবশিষ্ট ঘৃত ঢালিয়া
দিয়া দ্রব্ধে বসাইবে । অনন্তর দম হইতে নামাইয়া লইলে
তহোলি পলায় পাক হইল ।

মিঠাপাকে পোলাও ।

ইহা এক প্রকার মিঠা পোলাও । এই পলায় অত্যন্ত
সুখাদ্য । শর্করা অর্থাৎ চিনি দ্বারা প্রস্তুত হইয়া থাকে
বলিয়া ইহাকে শর্করপলায় कहিয়া থাকে । যে নিয়মে এই
পলায় পাক করিতে হয় তাহা পাঠ কর ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—চিনি তিন পোয়া, চাউল
এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, কিস্মিন্ আধ পোয়া, দারু-
চিনি তিন আনা, লবঙ্গ বাটা তিন আনা ।

প্রথমে চিনির পানক প্রস্তুত করিবে । পানকে দারুচিনি

ও লবঙ্গ বাটা গুলিয়া জ্বলে চড়াইবে ; পরে অর্ধসিদ্ধ তড়ুল
ঐ পানকে দিবে এবং সমুদায় স্নাত চালিয়া দিয়া পাক
করিবে । অন্ত স্নসিদ্ধ হইলে উনান হইতে নামাইয়া দিবে ।
লিখিত নিয়মে প্রস্তুত করিলে শর্করপলান্ন পাক সমাপ্ত
হইবে ।

খোরাসানি ।

খোরাসানি এক প্রকার পলান্ন । এই পলান্ন উত্তম
সুখাদ্য । খোরাসানি পাকের নিয়ম অতি সহজ । যে
নিয়মে উহা পাক করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল
এক সের, স্নত দেড় পোয়া, দারুচিনি দুই আনা, ছোট
এলাচ বাটা দুই আনা, লবঙ্গ দুই আনা, জাফরাণ বাটা
দুই আনা, কালজীরা দুই আনা, মরিচ বাটা চারি আনা,
পিয়াজ বাটা আধ পোয়া, আদার রস দেড় তোলা, ধনে
বাটা তিন তোলা, দধি এক পোয়া, লবণ তিন তোলা ।

মাংস খণ্ডে লবণ, পিয়াজ বাটা, আদার রস মাখাইয়া
দুই দণ্ড চাকিয়া রাখিবে । পরে এলাচ, জাফরাণ, মরিচ
ও ধনে বাটা এবং দধি মাংসে মাখাইবে । অনন্তর পাক-
পাত্রে জীরা ছড়াইয়া মাংস ও দারুচিনি, লবঙ্গ এবং অর্ধেক
স্নত দিয়া তাপে বসাইবে ।

এদিকে চাউল অর্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে ।

অনন্তর উহা মাংসের উপর অবশিষ্ট স্তূতসহ ঢালিয়া দিবে । পরে ময়দা দ্বারা একস্থানি বড় রকমের পুটি প্রস্তুত করিয়া অন্তের উপর আচ্ছাদন করিয়া দিবে । আর পাক-পাত্রেই সুখ বদ্ধ করিয়া ময়দা দ্বারা এমনভাবে আঁটিয়া দিবে যেন বায়ু প্রবেশ করিতে না পারে । তাপে দুই এক-বার ফুটিয়া উঠিলে পাক-পাত্রটি দমে বসাইয়া স্বর্বাংশ পাক-পাত্রেই নিম্নে ও উপরে অগ্নি স্থাপন করিবে । যখন জানা যাইবে, জল মরিয়া কেবলমাত্র ঘূতের চূড় চূড় শব্দ হইতেছে, তখন দম হইতে নামাইয়া পরিবেশন করিবে ।

মনোহর খয়বরি ।

খয়বরি পাক অবিকল গোলাও পাকের ত্রায় । একত্রে অনেকে ইহাকে খয়বরি পলাও কহিয়া থাকেন । খয়বরি পাক তত কঠিন নহে । যেরূপ উপকরণ ও পরিমাণ দ্বারা উহা প্রস্তুত করিতে হয় তাহা লিখিত হইল ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, স্তূত আধ সের, দধি আধ পোয়া, আদার রস তিন তোলা, পিয়াজ বাটা এক পোয়া, দারুচিনি দুই আনা, ছোট এলাচ বাটা চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, জাফরাণ বাটা তিন আনা, কালজীরা দুই আনা, ধনে বাটা তিন তোলা, মরিচ চারি আনা, লবণ তিন তোলা, ময়দা কিঞ্চিৎ ।

প্রথমে মাংসে আদার রস ও লবণ মাখিয়া চারি দণ্ড ঢাকিয়া রাখিবে । চারি দণ্ডের পর অর্ধেক দধি ও পিয়াজ, ধনে, এলাচ এবং জাফরাণ বাটা মাখিবে । মাংসের উপর অর্ধেক ঘৃত ও লবঙ্গ দিবে ।

এদিকে চাউল লবণ মিশ্রিত জলে ধুইয়া লইবে । পরে তাহাতে অবশিষ্ট দধি মাখাইয়া মাংসের উপর সাজাইবে । এখন ঢাকনি দ্বারা পাক-পাত্রেয় মুখ ঢাকিয়া ময়দার আঁটিয়া দিবে । জাল খুব কম আঁচে দিতে হইবে । মল মরিয়া আসিলে ঢাকনি খুলিয়া অবশিষ্ট ঘৃত ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রেয় মুখ আঁটিয়া দমে বসাইবে । দম হইতে নামাইয়া লইলেই ধরবরি পাক সমাপ্ত হইল ।

বেগুণের পোলাও ।

বেগুণ দ্বারা এই পোলাও পাক হয় বলিয়া ইহাকে বেগুণের পলাও কহে । অছাঙ্ক পলান অপেক্ষা এই পোলাও কম উপাদেয় নহে । অতি সহজ উপায়ে বেগুণের পোলাও পাক হইয়া থাকে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—বেগুণ এক সের, মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, পাতি লেবু একটা, আদা দুই তোলা, ধনে দুই তোলা, কালজীরা দুই তোলা, তেজপাতা দুই তোলা, জাফরাণ এক আনা, লবঙ্গ তিন আনা, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ ছয় আনা, লবণ ছয় তোলা ।

প্রথমে তিন পোয়া পরিমাপ মাংসে দ্বারা আখনি প্রস্তুত করিবে। আখনি কাপড়ে ছাঁকিয়া ঘূষ ও মাংস ঘূতে লবঙ্গ ফোড়নে সম্বরা দিবে এবং মাংস পৃথক্ পাत्रে রাখিবে।

এখন অবশিষ্ট এক পোয়া মাংস খুব সরু সরু করিয়া কুটিবে। পরে তাহা ঘূতে লবঙ্গ ফোড়নে সাতলাইয়া খানিকক্ষণ নাড়াচাড়া করিবে। মাংসের রস মরিয়া আসিলে তাহাতে আধসের আখনি ও আদা, ধনে বাটা দিয়া জাল দিতে থাকিবে। সিদ্ধ হইলে মরিচ, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ, জাকরাণ মিখাইবে এবং পুনর্বার ঘূতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সাতলাইয়া শুষ্ক প্রলেহে পাক করিবে।

এদিকে বেগুণের বোটা কাটিয়া ভিতরের শাঁস বাহির করিবে। শাঁস বাহির করিলে খোল হইবে। এই খোলের গায়ে সরু শলা দ্বারা ছিদ্র ছিদ্র করিয়া দিবে। পরে বেগুণের খোলে লবণ আখিয়া জলে ধুইয়া লইবে এবং তাহা ঘূতে আধ ভাজা করিয়া রাখিবে।

অনন্তর পূর্ব প্রস্তুত মাংস লইয়া বেগুণের খোলে পুরিয়া বোটা কাটিয়া অর্ধাং সেলাই করিয়া দিবে। এইরূপে বেগুণ সেলাই করা হইলে ঘূতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া পুনর্বার ভাজিবে। লাল বর্ণ হইলে পরিমাণমত লবণ, লেবুর রস এবং সামান্য জল দিয়া মুড়ু আঁচে পাক করিবে। জল শুকাইয়া আসিলে নানাইবে।

অছান্ন পোলাওয়ের ছায় চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে।

এদিকে পাক-পাত্রে তেজপাতা সাজাইয়া কালজীরা ছড়াইয়া দিবে। এখন আস্ত মসলা উহার উপর দিয়া মাংস সাজাইবে। মাংসের উপর ঐরূপ তেজপত্র সাজাইয়া অন্ন সাজাইবে। এইরূপে মাংস ও অন্ন পর পর সাজাইয়া অবশিষ্ট উপকরণ ঢালিয়া দিয়া মৃদু তাপে চড়াইবে। পরিবেশনকালে এই পলান্নের উপর মাংস পূর্ণ বার্তা কু দিবে। আহ্বারের সময় পোলাওয়ের সহিত এই বেগুন অতি সুখাদ্য বোধ হইবে। বেগুনের ছায় আবার পটল দ্বারাও এই নিয়মে পোলাও পাক করিতে পারা যায়।

নাগরুঙ্গ পোলাও ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস দেড় সের, চাউল এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, চিনি দেড় পোয়া, পাতি-লেবুর রস দেড় পোয়া, আস্ত লেবু একটা, ডিম একটা, আদা চারি তোলা, বাদাম তিন তোলা, কিস্মিস্ তিন তোলা, পেস্তা তিন তোলা, ধনে তিন তোলা, ছোলার ছাতু দুই তোলা, লবণ তিন তোলা, কালজীরা দুই তোলা, তেজপত্র দুই তোলা গন্ধ মসলা আট আনা, হিজুল এক আনা, জাফরাণ এক আনা ।

প্রথমে আধসের পরিমাণ মাংস লইয়া উপযুক্ত মসলা দ্বারা শুষ্ক প্রলেপ্তে পাক করিয়া রাখিবে ।

এদিকে ছাতু, ডিমের খেত ভাগ, অল্প স্বত, আদা এবং একটা লেবুর রস একসঙ্গে চট্কাইবে । পরে তাহাতে আধ ছটাক পরিষ্কৃত এক একটা লেচি কাটিবে । পূর্বে যে বাদাম, পেস্তা এবং কিস্মিস্ উল্লেখ করা হইয়াছে তদনু-দায় বাটিয়া পূর প্রস্তুত করিবে । এই পূর ঐ লেচির ঠুলির ভিতর পুরিয়া নারঙ্গ লেবুর আকৃতি গঠন করিবে । অনন্তর ঠুলিগুলি বাষ্পযন্ত্রে পাক করিবে । দুটু হইলে নামাইয়া স্বতে ভাজিয়া লইবে । আর হিঙ্গুল ও জাফরাণ এক সঙ্গে মাড়িয়া পানকে মিশাইবে । এই পানকে প্রস্তুত নাগরঙ্গগুলি ভাজিয়াই ডুবাইবে । অল্পক্ষণ পানকে থাকিলে উহার উত্তম রং হইবে, তখন তাহা তুলিয়া রাখিবে ।

তালিকায় লিখিত অবশিষ্ট আধসের মাংসের আখ্‌নি প্রস্তুত করিবে এবং মাংস ও যুব লবঙ্গ ফোড়নে স্বত সম্বরা দিবে । পরে আখ্‌নি ও মাংস পৃথক্ পৃথক্ পাত্রে রাখিয়া আখ্‌নিতে আধসের পানক মিশাইবে । অনন্তর পাক-পাত্রে তেজপত্র বিছাইয়া তাহার উপর জীরা ও আশ্ত গন্ধ মসলা ছড়াইয়া দিয়া মাংস সাজাইবে । ইত্যবসরে চাউল গুলি অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া পূর্কোক্ত পানক মিশ্রিত আখ্‌নিতে সুসিদ্ধ করিবে । এই সুসিদ্ধ অন্নগুলি মাংসের উপর সাজাইয়া ছয় মিনিট তণ্ডু অঙ্গারের উপর রাখিবে ।

অনন্তর অঙ্গার হইতে পাক-পাত্রটি নামাইয়া লইবে এবং পরিবেশনকালে পলায়ের উপর নারঙ্গগুলি সাজাইয়া দিবে। ভোক্তাগণ সুদৃশ্য নারঙ্গগুলি দেখিয়া যে পরিমাণে মুগ্ধ হইবেন, উহার আশ্বাদন লইয়া আবার ততধিক পরিমাণে ভোজ্য লাভ করিবেন।

চতুর্থ পরিচ্ছেদ ।

কালিয়া প্রকরণ ।

সচরাচর বেক্রপ নিরমে মৎস্ত ও মাংসের কোল রন্ধন হইয়া থাকে, কালিয়া পাকের নিয়ম তাহা হইতে সম্পূর্ণ বিভিন্ন। কালিয়া অতি উপাদেয় খাদ্য ; ভিন্ন ভিন্ন উপকরণ ও রন্ধনগত পার্থক্য প্রযুক্ত কালিয়া পাকেরও প্রভূত উন্নতি সাধিত হইয়াছে।

সাধারণতঃ কালিয়াতে স্থত ও শরম মসলার পরিমাণ কিছু অধিক ব্যবহার হইয়া থাকে। পূর্বে এদেশে কালিয়া কোপ্তা প্রভৃতির রন্ধনে হিঙ্ ব্যবহৃত হইত, কিন্তু এক্ষণে হিঙের ব্যবহার ক্রমশঃ হ্রাস হইয়া আসিতেছে। প্রত্যক্ষ হিঙের পরিবর্তে পলাঙ ব্যবহার হইতেছে। বাস্তবিক মাংসাদি রন্ধনে পলাঙ ব্যবহার করিলে আশ্বাদন অতি সুন্দর হইয়া থাকে।

কালিয়ার আশ্বাদন অপেক্ষাকৃত উপাদেয় করিতে হইবে

উহাতে বাদাম, পেস্তা, কিস্মিন্ এবং মালাই ব্যবহার করিতে হয় । * এই সকল উপকরণ সংক্ষেপে ভাল করিয়া রন্ধন করিতে পারিলে বাস্তবিক উহা রসনা তৃপ্তি কর হইয়া থাকে ।

মৎস্ত কিম্বা নীংসাদির কালিয়াতে গোলআলু ব্যবহার করিলে দুইটা উদ্দেশ্য সুসিদ্ধ হইতে পারে ; প্রথমতঃ ব্যঞ্জন-
নের পরিমাণ বৃদ্ধি, দ্বিতীয়তঃ অপেক্ষাকৃত স্নমধুর আস্বাদ ।
কালিয়া এবং কোন্দাতে যে আলু দিতে হয়, তাহার আকার
বড় বড় হইলে ভাল হয় ; এজন্ত মাঝারি আকারের আন্ত
আলু দ্বারা রন্ধন করিতে হয় । আলু অত্যন্ত বৃহদাকার বিশিষ্ট
হইলে দুই খণ্ডে বিভক্ত করা আবশ্যক । এই সকল আলু
অগ্রে খোসা ছাড়াইয়া স্বতে অল্প পরিমাণে ভাজিয়া লইতে
হয় এবং অর্দ্ধ সিদ্ধ হইয়া আসিলে তখন তাহাতে ব্যবহার
করিতে হয় ।

কালিয়াতে কোল অধিক হইলে উহার আস্বাদ বিকৃত
হইয়া থাকে । এজন্ত জলের পরিমাণ একটু বিবেচনা
করিয়া দেওয়া আবশ্যক । আত্মনির জল দ্বারা কালিয়া
পাক করিলে আস্বাদন আরও উপাদেয় হইয়া থাকে ।

ছানার কালিয়া ।

নিরামিষ কিম্বা আনিষ-ভোজী উভয়েরই নিকট ছানার

কালিয়ার বিশেষ আদর । রন্ধন পারিপাট্যে উহা মাংসের
জায় সুখাদ্য হইয়া থাকে । অনেক দিন ইহাতে ছানার
কালিয়া বঙ্গদেশে প্রচলিত আছে । প্রত্যেক গৃহস্থই মনে
করিলে এই বাঞ্ছন রন্ধন করিয়া আহার করিতে পারেন ।
যে নিয়মে উহা রন্ধন করিতে হয় তাহা নিম্নে লিখিত
হইল ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—ছানা এক সের, আলু
আধ সের, ঘৃত এক পোয়া, ধনে বাটা তিন তোলা, জীরা
মরিচ বাটা এক তোলা, তেজপত্র চারিখানি, হরিদ্রা বাটা
আধ তোলা, আদা বাটা তিন তোলা, ছোট এলাচ চারি
আনা, লবঙ্গ দুই আনা, দারুচিনি তিন আনা, চিনি দুই
তোলা, লবণ দুই তোলা, জল আধ সের ।

প্রথমে ছানা একখানি কাপড়ে বাঁধিয়া কোন স্থানে
ঝুলাইয়া রাখিতে হইবে; এইরূপ করিয়া রাখিলে ছানার
জল ঝরিয়া পড়িয়া যাইবে । অন্তর ঐ ছানা লইয়া
বরফির ধরণে কাটিয়া লইতে হইবে ।

(১) বৈদ্য শাস্ত্রমতে ছানার গুণ—উষ্ণ বুদ্ধি-কারক এবং
পিত্ত ও বায়ু-হারক ।

এদিকে একটা পাক-পাত্রে অর্ধেক ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া

(১) বুঘ্যা, দ্বিজ্ঞা পিত্তানিলাপহা ।

ইতি রাজবল্লভঃ । (১)

যখন তাহা পাকিয়া আসিবে, তখন তাহাতে ঐ কঠিত ছানাগুলি ভাজিয়া লইতে হইবে। ভাজিবার নিয়ম এই যে, উহা ঈষৎ লাল্চে ধরণের হইলেই স্নত হইতে তুলিয়া আর একটি পরিষ্কার পাত্রে রাখিতে হইবে।

উহা তুলিয়া রাখা হইলে সেই স্নতে খোসা ছাড়ান দো-চিরা আলুগুলিও ঐরূপে ভাজিয়া পাত্ৰান্তরে তুলিয়া লইতে হইবে।

এখন ঐ পাক-পাত্রে ধনেবাটা, হরিদ্রাবাটা, আদাবাটা দিয়া নাড়িতে হইবে। নাড়িতে নাড়িতে যখন এক প্রকার স্নগন্ধ বাহির হইতে থাকিবে এবং সমুদায় মসলা একত্রিত হওয়াতে এক প্রকার রঙ দেখা যাইবে, তখন তাহাতে সমুদয় জল ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। জলে উহা ফুটিয়া উঠিলে, ঢাকনি খুলিয়া তাহাতে ভাজা ছানা ও আলু ঢালিয়া পুনর্বার হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে এবং উহা সিদ্ধ হইয়া আসিলে তাহাতে জীরামরিচ বাটা, চিনি ও লবণ দিয়া নাড়িতে হইবে। এই সময় উহা একবার ফুটিয়া উঠিলে আর একটি পাত্রে ঢালিয়া ঐ হাঁড়িটা জল দিয়া ধুইয়া পরিষ্কার করতঃ আলে বসাইতে হইবে এবং গরম হইলে, তাহাতে অর্ধেক স্নত ঢালিয়া দিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে উহা পাকিয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে তেজপাতা ও অর্ধেক পরিমাণ লবঙ্গ, ছোট এলাচের দানা এবং দাকচিনির কুচি মিল ছেঁচিয়া দিয়া

নাড়িতে হইবে। উহা লাল্চে রঙের হইলে তাহাতে পূর্করক্তি ব্যঞ্জন চালিয়া দিয়াই হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে এবং ফুটিয়া আসিলেই ঢাকনি খুলিয়া বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে। এই সময় হুই একখানি আলু ভাঙিয়া দিলে ঝোল ঘন হইয়া আসিবে। এদিকে অবশিষ্ট গরমমসলা বেশ খিচ-শুন্না করিয়া বাটিয়া সমুদয় ঘূতে গুলিয়া ঐ বাঞ্জে চালিয়া দিয়াই আর একবার নাড়িয়া চাড়িয়া উত্তমরূপে হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া নামাইয়া রাখিতে হইবে। অনন্তর দশ বার মিনিট পরে এই ছানার কালিয়া আহার করিয়া দেখ, উহা কেমন সুখাদ্য রসনার লোভ-জনক হইয়াছে।

হাইদ্রাবাদী কালিয়া ।

মুসলমান জাতি দ্বারা কালিয়া রন্ধনের বিস্তর উন্নতি সাধিত হইয়াছে। নানা প্রকার নিয়মে কালিয়া রাঁধিবার নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। ঘৃত ও মসলাদির সামান্য পরিমাণ হইতে অধিক পরিমাণ ব্যবহারের রীতি আছে। এক এক প্রকার কালিয়া এতদূর মুখ-প্রিয় এবং গুরু-পাক যে, সকলে তাহা আহার করিয়া পরিপাক করিতে সমর্থ হইবেন না। অত্যন্ত সুখাদ্য বলিয়াই কালিয়া রাঁধিবার নিয়ম পৃথিবীর মধ্যে অন্যত্র সভ্যজাতি উহার অঙ্কুরণ করিয়াছেন।

অনেকেই অনুমান করেন, কালিয়া হইতে কারি রাঁধিবার নিয়ম বাহির হইয়াছে। মুসলমানদিগের নিকট হইতে ইহুদিগণ এবং ইহুদিদিগের নিকট হইতে ইউরোপের অন্যান্য জাতি কারি রাঁধিতে শিক্ষা লাভ করিয়াছেন। এক্ষণে কারি পৃথিবীর মধ্যে প্রায় সর্বত্র প্রচলিত।

উপকরণ ও পরিমাণ—মাংস এক সের, দুত দেড় পোয়া, আনারস (১) এক পোয়া, দধি এক পোয়া, কীর আধ পোয়া, আলু আধ সের, পেস্তাবাটা তিন তোলা, ধনেবাটা তিন তোলা, বাদাম বাটা তিন তোলা, পিয়ার বাটা আধ পোয়া, জাফরাণ (২) আটআনা, লঙ্কা বাটা এক তোলা, লবঙ্গ বাটা দুই আনা, দারুচিনি বাটা ছয় আনা, ছোট এল্যুচ বাটা ছয় আনা, তেজপাতা আটখানি, লবঙ্গ চারি তোলা, জল এক সের।

অত্যন্ত পাকা মাংস কালিয়ার পক্ষে ততটা ভাল নহে। কারণ মাংস পাকা হইলে তাহা ঝোলের সহিত লপেট গোছের মাথা মাথা হয় না এবং আহারের সময় চিবাইতে ছিবড়া থাকে, মুখে মিলাইয়া যায় না, এজন্য কোমল মাংসই অতি উত্তম। অল্প-বয়স্ক ছাগ বা হালোয়ানের মাংস হইলেই ভাল হয়।*

(১) ইচ্ছা হইলেই ত্যাগ করিতে পারা যায়।

(২) অভাবে হরিদ্রাবাটা।

* গর্ভসঞ্চার হয় নাই এরূপ ছাগী।

প্রথমে আদাবাটা, ধনেবাটা, পিরাজবাটা, লঙ্কাবাটা, জাফরাণ বা হরিদ্রাবাটা প্রভৃতি সমুদয় মসলাগুলি উত্তমরূপে খিচশুণ্ড করিয়া বাটরা রাখিতে হইবে। মসলার দোষে অনেক সময়ে ব্যঞ্জনাদি খারাপ হইয়া থাকে। আমরা বিশেষরূপ পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, বাটা মসলা অপেক্ষা গুঁড়া মসলা দ্বারা বাঞ্জন রন্ধন করিলে উহার সুন্দররূপ রঙ হইয়া থাকে। পৃথিবীর মধ্যে অধিকাংশ দেশেই গুঁড়া মসলা প্রচলিত। ইয়ুরোপের মধ্যে প্রায় সমুদায় দেশে কলে পেষিত মসলার গুঁড়া ব্যবহৃত হইয়া থাকে। ভারতবর্ষের মধ্যে উত্তর পশ্চিমাঞ্চলেও মসলার গুঁড়া ব্যবহার করিতে দেখিতে পাওয়া যায়। বাটা মসলায় ব্যঞ্জনে ভালরূপ রঙ হয় না এবং বাঞ্জন অধিকক্ষণ স্থায়ী হইতে পারে না। এতলে আর একটা কথা মনে রাখা উচিত। আমরা অনেক সুপাচককে মাংসাদিতে জীরামরিচ ব্যবহার করিতে দেখিতে পাই না। জীরামরিচ দ্বারা মাংসের কোন প্রকার সু-তার হয় না, বরং আশ্বাদন মন্দ হইয়া থাকে।

প্রথমে সমুদায় ঘৃত জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহা পাকিয়া আসিলে, তাহাতে আলুগুলি অল্প কমিয়া অন্য পাত্রে ভুলিয়া লইতে হইবে। এখন ঐ ঘৃতে ধনেবাটা, জাফরাণ, আদাবাটা, পিরাজ বাটা, লঙ্কাবাটা দিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে। নাড়িবার সময় মধ্যে মধ্যে তাহাতে শীতল জলের ছিটা মারিতে হইবে। মসলা যেন কোন ক্রমে পাক-পাত্রে গায়ে কামড়া-

ইয়া ধরিতে না পারে কিম্বা পুড়িয়া উঠিয়া উঠা বিকৃত না হয়, তজ্জন্ম হাঁড়ি বধ ডেক্‌টির গারে (ভিতরে) অল্প জলের ছিটা দিগে ভাল হয় । অনন্তর তাহাতে দধি ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে । এইরূপ নাড়িতে নাড়িতে এক প্রকার উত্তম রঙ হইয়া উঠিবে ।

এদিকে আর একটা হাঁড়িতে জল উনানে কালে বসাইয়া রাখিতে হইবে ।*

যখন দেখা যাইবে মসলা দ্রুত সংযোগে এক প্রকার উত্তম সোণার রঙের ন্যায় হইয়াছে এবং উত্তম গন্ধও বাহির হইতেছে, তখন তাহাতে মাংসগুলি ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে । এই সময় হইতে মধ্যে মধ্যে নাড়িয়া চাকিয়া রাখিতে হইবে । কিছুক্ষণ পরে দেখা যাইবে, মাংস হইতে যে জল বাহির হইয়াছিল, তাহা মরিয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে পূর্বরক্ষিত গরম জল ঢালিয়া দিতে হইবে । কিছুক্ষণ পরে, তাহাতে লবণ দিয়া একবার উত্তমরূপ নাড়িয়া চাড়িয়া পূর্বের ন্যায় পাক-পাকের মুখ চাকিয়া রাখিতে হইবে । যখন দেখা যাইবে মাংস প্রায় সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে আনারস ও ভাজা আলুগুলি দিতে হইবে ।

* কেহ কেহ আবার শুধু জল না দিয়ে ধনে, তেজপত্র প্রভৃতি আখ্‌নির মসলা দ্বারা ঐ জল প্রস্তুত করিয়া লয়েন, আখ্‌নির জল হইলে কালিয়া সমধিক সুখাদ্য হয় ।

মাংস উত্তমরূপ সুসিক্ত হইয়া যখন দেখা যাইবে, ঝোলের ভাগ কমিয়া আসিয়াছে এবং উহার এক প্রকার থকথকে অবস্থা হইয়াছে, তখন তাহাতে ছোটএলাচবাটা ও বাদামবাটা ক্ষীরে গুলিয়া ঢালিয়া দিয়াই উহা নামাইয়া রাখিতে হইবে। যতক্ষণ পর্য্যন্ত উহা পরিবেশন করা না হইবে, ততক্ষণ ধেন পাক-পাত্রেই মুখ ঢাকা থাকে। অনন্তর পরিবেশনের সময় একবার নাড়িয়া চাড়িয়া লইলেই চলিতে পারে।

এই হায়দ্রাবাদী কালিয়া রাখিতে পারিলে এমন রসনা নাই, যাহা কখন উহা ভুলিতে পারে।

রোহিত মৎস্যের প্রলেহ ।

রোহিত মৎস্যের প্রলেহ যে কি প্রকার সুখাদ্য তাহা একবার আহার করিয়া দেখ। উহা একরূপ মুখ-প্রিয় যে, একবার আহার করিলে সর্বদাই আহারে প্রবৃত্তি জন্মে। উহার পাক-নিয়ম পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।—রোহিত মৎস্য এক সের, ঘৃত এক পোয়া, ছোলার বেশন আধ পোয়া, গন্ধদ্রব্যচূর্ণ আট আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, মরিচ আটআনা, ধনেবাটা দুই তোলা, জাফরাণ চারি আনা, বাদাম বাটা আধ পোয়া, দধি দুই ছটাক, লবণ দুই তোলা।

প্রথমে অণ্ড মৎস্যের আঁইস ও ডানা, পুচ্ছ, আঁত কাটিয়া

বাছিয়া বেশ করিয়া জলে ধুইয়া লও । পরে এক আঙুল পুরু করিয়া মাটির প্রলেপ তাহার গায়ে লেপ । এখন তপ্ত বালু-
কার মধ্যে ঐ মংস্ত্র স্থাপন কর । বালির তাপে যখন দেখা
বাইবে যে, মংস্ত্রের গাত্রস্থ প্রলেপ লাল হইয়া উঠিয়াছে, তখন
তাহা বালুকা মধ্য হইতে তুলিয়া লও । এবং তাহার গাত্রস্থ
প্রলেপের মাটা তুলিয়া ফেল । মংস্ত্র পরিকার করিবার জন্য
আবশ্যকমত গরম জলে তাহার গা ধুইয়া লও ।

মংস্ত্র পরিকৃত হইলে সাবধানে তাহার কাঁটা বাছিয়া ফেল ।
এই সময় কিছু গন্ধদ্রব্য চূর্ণ ও সমুদায় বেশম ঐ মংস্ত্রের উপর
ছড়াইয়া দিয়া বেশ করিয়া নিশ্চিত করিয়া লও অর্থাৎ খাসা
প্রস্তুত কর ।

এখন ঐ খাসা দ্বারা ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র মংস্ত্রের আকার নির্মাণ কর ।

এদিকে একটা হাঁড়িতে জলপূর্ণ করিয়া তাহার উপরিভাগে
খড় বিছাইয়া দাও, খড় সাজান হইলে হাঁড়িটা জ্বালে বসাতো ।
এবং অতি সাবধানে নিশ্চিত মংস্ত্রগুলি উহাতে স্থাপন কর ।
যখন দেখা যাইবে, জ্বালে উহা কতিন হইয়া উঠিয়াছে তখন
নামাইয়া বাপ ।

এই সময় একখানি কড়াতে ঘৃত ঢালিয়া দিয়া তাহা জ্বালে
চড়াইয়া এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে ছোট এলাচ
ফোড়ন দিয়া মংস্ত্রখণ্ডগুলি ভাজিয়া লও । ঐযৎ বাদানী ধরনে
ভাজা হইলে তাহাতে ধনেবাটা, মরিচ বাটা এবং লবণ জলে
গুলিয়া ঢালিয়া দাও । বেশ সুসিদ্ধ হইয়া জল মরিয়া আসিলে

বাদাম, দধি, জাকরাণ এবং অবশিষ্ট গন্ধদ্রব্য চূর্ণ দিয়া নামাইয়া লও ।

রোহিত মৎস্তের প্রলেহ মধুরাস্ন করিতে হইলে মৎস্তখণ্ড সাতলানর পর তাহাতে আধসের পানক ও আধপোয়া কিস্মিস্ দিয়া পাকের পর, শেষে শ্বেবোক্ত দ্রব্যগুলি ঢালিয়া দিয়া নামাইয়া লইবে ।

মালাই চিকেন্ কারি ।

মালাই কারি স্বাস্থ্যের জন্য অত্যন্ত আদৃত । উহা রন্ধন তত ব্যয়-সাধ্য নহে । যেক্রমে এই কারি পাক করিতে হয়, তাহা লিখিত হইল ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মুরগীর মাংস আধ সের, স্নত এক ছটাক, পিয়াজ বাটা আধ ছটাক, আদা বাটা সিকি কাঁচা, হরিদ্রা বাটা আধ কাঁচা, রসুন বাটা দুই আনা, লবঙ্গ চূর্ণ পাঁচটি, ছোট এলাচ চূর্ণ চারিটি, দারুচিনি চূর্ণ দেড় আনা, নারিকেল ছুঙ্ক একপোয়া, লবণ একতোলা ও লঙ্কা বাটা আধ কাঁচা ।

মালাই কারিতে ধনে ও জীরা আদৌ ব্যবহার হয় না, কারণ তদ্বারা নারিকেল ছুঙ্কের সৌগন্ধ নষ্ট হইয়া থাকে । যে সকল মসলা চূর্ণ কিম্বা বাটিতে হইবে, তৎসমুদায় যে, খিচ-শূন্য হওয়া আবশ্যক তাহা যেন মনে থাকে ।

একটি পূর্ণ বয়স্ক মুরগীর পালকাদি ছাড়াইয়া যে নিয়মে মাংস কুটিয়া লইতে হয়, সেই নিয়মে কুটিয়া লইবে ।

এদিকে সমুদায় স্বত সমেত পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে ছোট এলাচ ভিন্ন সমুদায় মসলা দিয়া উত্তমরূপে নাড়িতে থাক । নাড়িতে নাড়িতে অন্ন লাল্ছে রঙ হইলে তাহাতে সমুদায় মাংস ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে থাকিবে এবং উহা বাদানী বর্ণের হইলে তাহাতে নারিকেল দুধ ও লবণ দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়াই পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিবে । আর জল দিতে হইবে না । এই সময় মৃদু জ্বাল দেওয়া আবশ্যক তাহা যেন মনে থাকে ।

যে নিয়মে নারিকেলের দুধ বাহির করিতে হয় তাহা সকলেরই জানা আছে । নারিকেল কুরিয়া তাহাতে অন্ন মাত্রায় পরম জল দিয়া নিংড়াইয়া লইলে দুধ বাহির হইবে । এই দুধেই মাংস বেশ স্নিস্ক হইয়া আসিবে । মালাই কারিতে ঝোল থাকে না । অন্ন গা-মাথা গোছের ঝোল থাকিবে । যখন দেখা যাইবে মাংস বেশ স্নিস্ক হইয়া আসিয়াছে, তখন ছোট এলাচ চূর্ণ উপরে ছড়াইয়া দিয়া নামাইয়া লইবে ।

মুরগীর ছার পায়রা প্রভৃতি অন্যান্য মাংসেরও এই নিয়মে কারি রাখিতে পারা যায় ।

বাগ্‌দা চিংড়ির মালাই কারি ।

বাগ্‌দা চিংড়ির মালাই কারি রাঁধিতে হইলে তাহার মাথা বাদ দিতে হয় । কারণ মাথা সমেত রাঁধিতে হইলে ভাজিবার সময় তাহা হইতে এক প্রকার কাণ রস নির্গত হইয়া থাকে, তদ্বারা বাগ্‌দা বিষাদ হয় । একত্র উষ্ণ কাটিরা ফেলাই সুপরামর্শ ।

যে নিয়মে মাচের খোলা ও মাথা বাদ দিয়া কুটিয়া লইতে হয়, সেই নিয়মে উহা প্রস্তুত করিয়া লইবে । পরে মাচগুলি জলে সিদ্ধ করিয়া জল ফেলিয়া দিবে । না ভাজিয়া সিদ্ধ করিবার উদ্দেশ্য এই যে, তদ্বারা মাচের অঁস্টে গন্ধ নষ্ট হইয়া যায় ।

চিকেন মালাই কারি রাঁধিতে যেরূপ নিয়ম লিখিত হইয়াছে, ইহারও রাঁধিবার নিয়ম ঠিক সেইরূপ, প্রভেদের মধ্যে এই বাগ্‌দা আদা আদৌ ব্যবহার হয় না ।

রোহিত মাচের ইংলিস কারি ।

মৎস্ত আধ সের, সরিষার তৈল দেড় ছটাক, শিয়াজ বাটা দেড় তোলা, হরিদ্রা বাটা আধ তোলা, লঙ্কা আটা দশ আনা রক্তন হুই আনা, জল এক পোয়া, লবণ দুই তোলা । রন্ধনের পূর্বে মাচগুলি উত্তমরূপ পরিষ্কার করিয়া লবণ ও জলে ধুইয়া

লওয়া কর্তব্য। তাহা হইলে ভোজনের সময় আমিষ গন্ধ পাইবে না।

এক্ষণে একটি পাক-পাত্রে এক ছটাক তৈল জ্বালে চড়াইয়া তাহা পাকিয়া আসিলে মৎস্যগুলি উত্তমরূপে ভাজিয়া পাত্রে জ্বরে তুলিয়া রাখিবে। পরে অবশিষ্ট তৈল ঐ পাক-পাত্রে ঢালিয়া দিতে হইবে এবং যখন গাঁজা মরিয়া আসিবে, সেই সময় মসলাগুলি তাহাতে দিয়া নাড়িতে থাকিবে। যখন দেখা যাইবে যে, মসলাগুলির বেশ বাদামী রং হইয়াছে ও এক প্রকার সুগন্ধ বাহির হইতেছে, তখন তাহাতে জল ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিবে। ঐ জল যখন ফুটিতে আরম্ভ হইবে, সেই সময় ভাজা মাচগুলি ঢালিয়া দিয়া পুনরায় পাত্রটি ঢাকিয়া রাখিবে। কিছুক্ষণ ফুটিলে তাহাতে লবণ দিয়া আশ্তে আশ্তে একবার নাড়িয়া দিবে। যখন জল মরিয়া গা মাথা গা-মাথা বোল থাকিবে, সেই সময় উনান হইতে নামাইয়া লইলেই মাচের ইংলিস্ কারি প্রস্তুত হইল।

ডিম্বের কারি ।

ডিম্ব আটগৈ, ঘৃত এক ছটাক, লবণ এক তোলা, পিয়াজ বাটা এক তোলা, লঙ্কা বাটা আধ তোলা, আদা বাটা ছয় আনা রসুন বাটা দুই আনা, পিয়াজ (কুচা) বারটী। পিয়াজগুলি লম্বাভাবে ছর কি আট খানি করিয়া চিরিয়া লইবে।

প্রথমতঃ ডিমগুলি স্নিগ্ধ করিয়া খোলা ছাড়াইয়া দুই ভাগে কাটিয়া রাখিবে। তাহার পর দ্বিত চাপাইয়া লাল হইয়া আসিলে তাহাতে পিয়াজগুলি ছাড়িয়া দিবে। পিয়াজ লাল হইয়া আসিলেই নামাইয়া স্বতন্ত্র রাখিয়া দিবে। পরে অন্যান্য মসলাগুলি একত্র ঘুঁটিয়া দ্বিতে ফেলিয়া দিবে এবং লাল হইয়া আসিলে তাহাতে পিয়াজ ভাজা ফেলিয়া দিয়া আবশ্যিক-মত জল দিবে এবং জল মরিয়া গা-মাখা গোচ হইয়া আসিলেই নামাইয়া লইবে।

পাঁঠা বা ভেড়ার কোণ্ডা কারি ।

মাংস এক সের, দ্বিত আধ গোয়া, পিয়াজ বাটা এক হটাক, লবণ গুঁড়া এক কাঁচা, হরিদ্রা গুঁড়া এক কাঁচা, আদা বাটা আট আনা, মরিচ গুঁড়া আট আনা, রসুন বাটা চারি আনা, লবণ দেড় ছটাক, বিস্কুটের গুঁড়া বড় চাম্‌চের তিন চাম্‌চে, ডিম্ব একটা।

এক খানি অতি উৎকৃষ্ট রাঙা হইতে হাড় বাছিয়া মাংস বাহির করিয়া লও। হাড়গুলি সিদ্ধ করিয়া জল প্রস্তুত করিয়া রাখ। মাংসগুলি ধুইয়া উত্তমরূপে বাটিয়া লও এবং শিরা প্রভৃতি ফেলিয়া দাও। বাটা মাংসে চা-চাম্‌চের এক চামচ লবণ ও মরিচ এবং মাঝারি চাম্‌চের দুই চামচ বিস্কুটের গুঁড়া মিশ্রিত কর এবং তাহাতে একটু মাংস সিদ্ধ জল দিয়া

উত্তমরূপে মাখিয়া লও। ডিমটা ভাজিয়া ফেটাইয়া মাংসে মাখিয়া ছোট ছোট গোলক প্রস্তুত কর এবং ঐ গোলকগুলি বিস্কুটের গুঁড়া মাখাইয়া লও। পরে একটা পাত্রে ঘৃত চাপাইয়া গোলকগুলি বেশ লাল করিয়া ভাজিয়া লও, ভাজিবার পূর্বে মসলাগুলিতে একটু জলের ছিটা দিয়া লইবে। তাহার পর কোপ্তাগুলিতে লবণ মাখাইয়া ঐ ঘৃতে বেশ লাল করিয়া ভাজিয়া লও। এবং মাংসের জল এক বাটা চালিয়া প্রায় দুই ঘণ্টাকাল সিদ্ধ করিয়া কিঞ্চিৎ গরম মসলা দিয়া নামাইয়া লও।

বড় চিঙ্গিড়ির কোপ্তা কারি।

মাচ ছাট দশটা, সরিষার তৈল আধ পোয়া, পিঁয়াজ বাটা এক ছটাক, লঙ্কা গুঁড়া এক কাঁচা, মরিচ গুঁড়া আট আনা, রসুন মাঝারি চামচের এক চামচ, বিস্কুটের গুঁড়া বড় চামচের তিন চামচ, ডিম্ব একটা।

মাচগুলির মাথা বাদ দিয়া থোলা ছাড়াইয়া ধুইয়া উত্তমরূপে বাটিয়া লও। উহাতে কিঞ্চিৎ মাথার ঘি, চা-চামচের এক চামচ লবণ ও মরিচ এবং মাঝারি চামচের দুই চামচ বিস্কুটের গুঁড়া ও একটু দুধ দিয়া মাখিয়া লও। পরে ডিমটা কেটাইয়া মাচে মাখিয়া ছোট ছোট গোলক পাকাইয়া বিস্কুটের গুঁড়া মাখাইয়া রাখিয়াও দাও। পরে মাথা ও দাঁড়াগুলির শস্ত বাহির করিয়া একত্রে ছেঁচিয়া তাহাতে মাঝারি চামচের

এক চামচ কাঁচা ধনে বাটা মিশাইয়া সমস্ত মসলার সহিত তৈলে ভাজিয়া লও। ভাজা হইয়া আসিলে কোণাগুলি উহাতে ফেলিয়া রাঙা করিয়া ভাজিয়া লও। পরে খান কয়েক তেজপাত, লবণ ও এক বাটী জল ঢালিয়া সিদ্ধ কর। জল ঘন হইয়া আসিলেই নামাইয়া লও এবং কিঞ্চিৎ গরম মসলা মিশ্রিত কর।

মাংসের অন্নমধুর শুক প্রলেহ ।

ঝোল না রাখিয়া পানক সহিত মাংস পাক করিলে তাহাকে শুক প্রলেহ কহিয়া থাকে। ঝোলের মাংস অপেক্ষা এই মাংস আহারে অতি সুস্বাদু। *আমাদের দেশে সচরাচর প্রায় মাংসে ঝোল রাখিয়া পাক করা হইয়া থাকে। কিন্তু ইষ্ট-রোপের মধ্যে অধিকাংশ স্থানে সচরাচর মাংসে আদৌ ঝোল ব্যবহার হয় না, শুক মাংস তৎকাল লোকদিগের নিকট অত্যন্ত আদরীয়। সে যাহা হউক, যে নিয়মে মাংসের শুক প্রলেহ পাক করিতে হয় তাহা এস্থলে লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সেব, হৃত আধ পোয়া, গন্ধ দ্রব্য আট আনা, জাফরাণ এক আনা, পিয়াজ বাটা দুই ছটাক, আদা দুই তোলা, ধনে বাটা এক তোলা, চিনি এক পোয়া, লেবুর রস দেড় পোয়া, লবণ দুই তোলা।

মাংসের শুক প্রলেহে পশুর সকল অঙ্গের মাংস ব্যবহার

হয় না। কলিঙ্গা এবং পশ্চাৎ পদের উরুদ্বয়ের মাংস লইয়াই উহা রন্ধন হইয়া থাকে। একত্র ঐ সকল অংশের মাংস লইয়া তাহা সূক্ষ্ম সূক্ষ্মভাবে বেষ করিয়া থুরিয়া লইবে। ভাল-রূপে মাংস থুরিয়া রাখিয়া দাও।

অনন্তর একটা পাক-পাত্র জালে চড়াইবে এবং তাহাতে ধনে বাটা, আদা বাটা ও লবণ, জলে গুলিয়া ঢালিয়া দিয়া জাল দিতে থাকিবে। জালে উহা ফুটিয়া উঠিলে তাহাতে মাংস নিক্ষেপ করিবে। মাংস বেষ সূক্ষ্ম হইয়া আসিলে তখন তাহা নামাইবে এবং আর একটা পাক-পাত্র জালে বসাইবে। এই সময় অর্ধেক ঘৃত পাক-পাত্রে ঢালিয়া দিয়া পাকাইয়া লইবে। ঘৃত পাকিয়া আসিলে তাহাতে গন্ধদ্রব্য অর্ধেক ফোড়ন দিয়া মাংস ঢালিয়া দিবে। পূর্বে যে চিনি ও লেবুর রসের কথা বলা হইয়াছে, তদ্বারা পানক প্রস্তুত করিয়া রাখিবে এবং এখন সেই পানক ঐ মাংসে ঢালিয়া দিয়া ফুটাইতে থাকিবে। কিছুক্ষণ জাল পাইলে পুনর্বার অবশিষ্ট ঘৃত দ্বারা তাহা সম্বলন করিবে এবং ঝোল শুষ্ক হইয়া রসাল থাকিতে থাকিতে নামাইয়া লইবে। ঝোল সনেত নামাইলে সরস প্রলেহ এবং কিরংক্ষণ দমে রাখিয়া শুষ্ক করিলেই সর্বাঙ্গ সুন্দর শুষ্ক প্রলেহ প্রস্তুত হইল।

ডিম্বের প্রলেহ ।

ডিম্বের প্রলেহ পাক করিতে হইলে প্রথমে ডিম্বগুলি জলে

সিদ্ধ করিয়া লইবে। পরে খোলা ছাড়াইয়া প্রত্যেক ডিম দুই খণ্ডে কাটিয়া লইবে; পরে ঐ খণ্ডগুলি ঘূতে ঈষৎ বাদামী ধরণে ভাজিতে হইবে। অনন্তর তাহাতে জীরা, মরিচ, আদা, ধনে এবং পিরাঙ্গ বাটা ও চিনি দিয়া নাড়িতে থাকিবে; বেশ সুগন্ধ বাহির হইতে আরম্ভ হইলে লবণ ও দধি ঢালিয়া দিবে। একবার ফুটিয়া আসিলে পরিমিত জল দিয়া পাক-পাত্রে মুখ ঢাকিয়া রাখিবে। বেশ সুসিদ্ধ হইলে জাফরাণ বাটা দিয়া একবার ফুটাইবে। পরে তাহাতে ঘৃত ও গন্ধদ্রব্য চূর্ণ দিয়া একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া নামাইয়া লইবে। বৈকুণ্ঠ উপকরণ প্রয়োজন নিম্নে তাহার তালিকা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—ডিম আধ সের, জীরা এক তোলা, মরিচ আধ তোলা, আদা এক তোলা, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ আট আনা, শুভ্র অথবা চিনি আধ তোলা, লবণ তিন তোলা, দধি এক পোয়া, ঘৃত দুই ছটাক, জাফরাণ দুই আনা। হংস ও মুরগী উভয়বিধ ডিম্ব দ্বারা ইহা পাক হইতে পারে। তবে হংস ডিম্বে কিছু আস্টিয়া গন্ধ হয়, মুরগী ডিম্বে তাহা থাকে না।

ডিম্ব প্রলেহে ইচ্ছা হইলে গোলআলু এবং কলাইগুটির দানা দিয়া পাক করিলে আরও উত্তম হইয়া থাকে।

অন্নমধুর মংস্ত্র পাক ।

পাকে অন্নমধুর আশ্বাদ হইলে সেই মংস্ত্র আহায়ে অত্যন্ত

কুটি-জনক হইয়া থাকে। যে নিয়মে উহা রন্ধন করিতে হয়, তাহা এস্থলে লিখিত হইল।

• উপকরণ ও পরিমাণ । — ধোঁত মৎস্তখণ্ড এক সের গোলআলু আধ সের, ঘৃত এক পোয়া, লেবুর রস দেড় পোয়া, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ আট আনা, ছোট এলাইচ দুই আনা, আফরাণ দুই আনা, কিস্মিন্ দুই ছটাক, বাদাম এক ছটাক, ধনে দুই তোলা, আদা দুই তোলা, লবণ তিন তোলা, চিনি আধ পোয়া। মৎস্তে কিঞ্চিৎ গন্ধদ্রব্য চূর্ণ মাখিয়া আধ পোয়া ঘৃতে এলাইচ ফোড়ন দিয়া সাঁতলইয়া লও। আলু ও বাদাম, আধ ছটাক ঘৃতে সাঁতলইয়া রাখ। এখন পানক প্রস্তুত করিয়া তাহা জ্বালে চড়াও এবং কুটিয়া আসিলে মৎস্ত, আলু, বাদাম ও কিস্মিন্ এক সঙ্গে তাহাতে ঢালিয়া দাও। পরে তাহাতে ঘৃত ও গন্ধদ্রব্য চূর্ণ ব্যতীত সমুদায় উপকরণগুলি ঢালিয়া দিয়া মুছ তাপ দিতে থাক। গা-মাখা গোছের হইয়া উঠিলে তখন তাহাতে গন্ধদ্রব্য চূর্ণ অবশিষ্ট ঘৃত দিয়া নামাইয়া লও। এখন এই মৎস্ত আহাৰ করিয়া দেখ, উহা বাস্তবিক অন্নমধুর আশ্বাদনের হইয়া রসনা তৃপ্তি-কর হইয়াছে কি না?

নারাজ প্রলেহ ।

নারাজ লেবুর আকারের ছায় গঠন করিয়া এই প্রলেহ পাক হইয়া থাকে বলিয়া ইহাকে নারাজ প্রলেহ কহে। নারাজ প্রলেহ রসনার বেশ তৃপ্তি-কর।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—ধোরা মাংস দেড় সের, স্বত দেড় পোয়া, পিরাক্স দুই তোলা, ধনে এক তোলা, বাদাম এক ছটাক, পেস্তা দুই ছটাক, কিস্মিন্ দুই ছটাক, আদা এক তোলা, ছোলার বেশন এক ছটাক, পানক দেড় পোয়া, ডিম্ব ছয়টা, মরিচ আধ তোলা, লেবু একটা, গন্ধদ্রব্য বার আনা, লবণ চারি তোলা, জাকরাণ দুই আনা ।

লিখিত মাংসের মধ্যে আধ সের রাখিয়া এক সের মাংসে আদাবাটা মাখাইয়া ঘূতে কসিয়া লও । এক্ষণে ধনেবাটা এবং লবণ পরিমিত জলে গুলিয়া ঐ মাংসে ঢালিয়া দিয়া জ্বল দিতে থাক । সুসিদ্ধ হইলে তাহা নামাইয়া রাখ ।

এদিকে অবশিষ্ট আধসের মাংস অর্ধেক গন্ধদ্রব্যের সহিত ঘূতে ভাজিয়া তাহাতে বেশন, ডিমের খেত ভাগ, গন্ধদ্রব্যের কিয়দংশ চূর্ণ এবং লেবুর রস একত্রে মিশ্রিত করিয়া তদ্বারা খাদ্য প্রস্তুত কর । এখন এই খাদ্যেতে কতকগুলি ঠুলি প্রস্তুত করিয়া তন্মধ্যে কিস্মিন্ ও পেস্তা চূর্ণ পুর দিয়া নারাক্স লেবুর আকারে গঠন কর । সমুদায়গুলি গঠিত হইলে বাষ্প-বস্ত্রে পাক কর এবং দৃঢ় হইলে নামাইয়া লও । পরে তাহা ঘূতে বাদামী ধরণে ভাজিয়া পানকে এক ঘণ্টা ডুবাইয়া রাখ ।

অনন্তর এক ঘণ্টা পরে পানক সমেত ঐ লেবুর আকৃতি-গুলি পূর্ব-পক মাংস ও ঝোলের সহিত এক সঙ্গে মিশাইয়া অল্প তাপ দ্বারা পাক কর । সুপক হইলে অল্পমাত্র ঝোল লইয়া তাহাতে বাদাম বাটা, জাকরাণ ও অবশিষ্ট সমুদায় ঘূতে গুলিয়া ঢালিয়া

দাও। এখন একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া তাহাতে
অবশিষ্ট মসলা চূর্ণ ছড়াইয়া দিয়া নামাইয়া লও।

পঞ্চম পরিচ্ছেদ ।

কোর্ম্বা প্রকরণ ।

কালিয়ার ত্রায় কোর্ম্বাও অতি উপাদেয় খাদ্য । কোর্ম্বার
মাংস বড় বড় আকারে কুটিয়া লইতে হয় । কোর্ম্বাতেও
অধিক ঝোল ব্যবহার হয় না । গা-মাথা গা-মাথা ঝোল
রাখিতে হয় । কালিয়া অপেক্ষা এই ব্যঞ্জনে অধিক পরিমাণে
দুগ্ধ ব্যবহার হইয়া থাকে । জল ব্যতীত কেবলমাত্র দুগ্ধ ও
দধি দ্বারা রন্ধন করিলে কোর্ম্বা অত্যন্ত সুস্বাদু হইয়া থাকে ।
অল্পমধুর আস্বাদ জন্ত কোর্ম্বার বিশেষ আদর দেখিতে পাওয়া
যায় । পলাদের সহিত কালিয়া ও কোর্ম্বাই অতি উপাদেয়
উপকরণ । কালিয়া ত্রায় কোর্ম্বাতেও বাদাম, পেস্তা প্রভৃতি
ব্যবহার হইয়া থাকে । উপকরণ ও রন্ধন নিয়মের বিভিন্নতা
অনুসারে কোর্ম্বা নানাবিধ । ভিন্ন ভিন্ন কোর্ম্বার ভিন্ন ভিন্ন
আস্বাদন ।

মোগলাই মিঠা কোর্ম্বা ।

কোর্ম্বা প্রথমতঃ মোগলাই, হিন্দুস্থানী এবং ইহদী এই
তিন ভাগে বিভক্ত করিতে পারা যায় । আবার উহাদিগের

প্রত্যেকের রন্ধন-প্রণালী অনুসারে বহুবিধ নিয়মে রন্ধন হইয়া থাকে । ভিন্ন ভিন্ন নিয়মে রন্ধন করিলে উহার যে, আশ্বাদন পৃথক্ পৃথক্ হইয়া থাকে, তাহা রোধ হর সকলে সহজেই বুঝিতে পারিয়াছেন । অদ্য একটা সহজ উপায়ে মোগলাই মিঠা কোন্দা রাঁধিবার প্রণালী সাধারণের গোচর করিব । এই প্রণালীটী ঐত সহজ যে, ইচ্ছা করিলে সকলেই উহা প্রস্তুত করিয়া পরীক্ষা করিতে পারেন, মিঠা কোন্দা রমনার কেমন তৃপ্তি-কর ।

প্রথমতঃ একসের পরিমিত মাংস ধুও ধুও করিয়া কুটিতে হইবে । পরে শীতল জলে উহা উত্তমরূপ করিয়া ধোত করিয়া লইতে হইবে । মাংস ধোওয়া হইলে তাহাতে দুই আনা আন্দাজ রসুন বাটা উত্তমরূপে মাখাইতে হইবে * । উহা মাখান হইলে দুই তোলা পিরাঙ্গ বাটাও মাখাইতে হইবে । পিরাঙ্গ বাটা মাখান হইলে দুই তোলা আদাবাটা মাখাইতে হইবে । আদা মাখান হইলে আধতোলা লঙ্কাবাটা মাখাইতে হইবে । অনন্তর দেড় তোলা লবণ, দাকচিনির ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কুচি ছর আনা, লবঙ্গ চারি আনা, ছোট এলাচের দানা দুই আনা এবং আধ ছটাক চিনি কিম্বা বাতাসা ঐ মাংসের সহিত মিশাইয়া শীতল স্থানে আন্দাজ এক ঘণ্টা কাল ঢাকিয়া রাখিতে হইবে ।

*যাহারা পিরাঙ্গ ও রসুন ব্যবহার করিতে ইচ্ছা না করেন, তাহারা উহার পরিবর্তে আর এক তোলা আদা বেশী দিলেই চলিতে পারে ।

পরে একটি পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইতে হইবে। এই সময় পাচক ও পাচিকাদিগকে মনে রাখা আবশ্যক যে, পাঠার মাংস হইলে আধ পোয়া এবং থানী কিম্বা মটন হইলে এক ছটাক ঘৃত জ্বালে চড়াইতে হইবে। মাংস বিশেষে এইরূপ ঘৃত কম বেশী করিবার কারণ এই যে, ছাগ মাংসে চর্কির ভাগ অল্প থাকে এবং থানী ও মটনে চর্কি অধিক পরিমাণে লক্ষিত হয়। যাহাতে চর্কি অধিক, তাহাতে ঘৃত অধিক না দিলে কোন ক্ষতি হয় না। কারণ ঐ চর্কি জ্বালে গলিয়া গিয়া ঘৃতের কাজ করিয়া থাকে। একটি ডেক্‌চিতে ঘৃত জ্বালে চড়াইলে ভাল হয়। ডেক্‌চির অভাবে হাঁড়িতে রাখা চলিতে পারে। যখন দেখা যাইবে ঘৃতের গাঁজা মরিয়াছে, তখন উহাতে পূর্বপ্রস্তুত মাংস ঢালিয়া দিয়া খুস্তি দ্বারা বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া হাঁড়ির মুখ বন্ধ করিয়া দিতে হইবে। মাংস ক্রিয়াক্ষণ জ্বাল পাইলে হাঁড়ির মুখের ঢাকনিটা একবার খুলিয়া উহা একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া উলট পালট করিয়া দিতে হইবে। এই সময় দেখা যাইবে মাংস হইতে এত জল বাহির হইয়াছে যে, তাহাতেই বোধ হইবে আর জল দেওয়ার আবশ্যকতা নাই। এইরূপ নিয়মে মাংসগুলি নাড়িয়া পুনরার হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। বতক্ষণ পর্যন্ত মাংসের ঐ রস বা জল কমিয়া না যায়, ততক্ষণ পর্যন্ত মধ্যে মধ্যে তিন চারি মিনিট অন্তর অন্তর পূর্ববৎ নিয়মে এক একবার নাড়িয়া চাড়িয়া দিয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। পরে যখন দেখা

যাইবে যে, মাংসের সমুদায় জল শুক হইয়া স্বতমাত্র অবশিষ্ট আছে, সেই সময় অনবরত ঐ মাংস নাড়িতে হইবে। নাড়িতে ক্রটি করিলে মসলাদি হাঁড়ির তলায় কানড়াইয়া লাগিবার সম্ভব। এই সময় মসলার সূজ্ঞানে ঘর আমোদিত হইতে থাকিবে। মাংস উত্তম স্নিস্ক হইয়াছে কি না তাহা জানিবার জন্য হাঁড়ি হইতে একখানি মাংস তুলিয়া টিপিয়া দেখিতে হইবে। গরম মাংস টিপিতে গেলে আঙুলে অধিক উত্তাপ লাগিবার সম্ভব। এজন্য একটা পাত্রে খানিক শীতল জল রাখিয়া তাহাতে খানিক মাংস তুলিয়া রাখিবে এবং একটু পরে তাহা টিপিয়া দেখিলে আঙুলে গরম লাগিবে না এবং উহা স্নিক হইয়াছে কি না তাহাও বুঝিতে পারা যাইবে। টিপিলে যদি উহা স্নিক হইয়া আসিয়াছে এরূপ বোধ হয়, তবে উহাতে আর এক ছটাক স্বত ঢালিয়া দিয়া হাঁড়ির মুখ বন্ধ করতঃ আতনের আঁচ হইতে নামাইয়া এক ঘণ্টাকাল রাখিলেই উহা খাদ্যের উপযুক্ত হইয়া উঠিবে। কিন্তু যদি মাংস টিপিলে কঠিন বোধ হয়, তাহা হইলে এই সময় স্বত না দিয়া অর্ধসের পরিমাণে জল ঢালিয়া দিয়া হাঁড়ির মুখ বন্ধ করতঃ জাল দিতে হইবে। কিছুক্ষণ এইরূপ জল পাইলে জল শুক হইয়া মাংস স্নিক হইবে। এই সময় এক ছটাক স্বত উহাতে ঢালিয়া দিয়া উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া এক ঘণ্টা কাল রাখিয়া রাখিলেই আহারের উপযোগী হইবে।

মাংসের মিষ্ট অন্ন ।

অস্থি-শূন্য মাংস এক সের, ধনে বাটা দুই তোলা, লবণ চারি তোলা, গোল মরিচ আধ তোলা, দধি এক পোয়া, চিনি এক পোয়া, হরিদ্রা দুই তোলা, সর্বপ চারি আনা, ঘৃত আড়াই ছটাক, তেঁতুল চারি তোলা, দারুচিনি চারি আনা, ছোট এলাইচ দুই আনা, গোলাপ জল দুই তোলা, জল দেড় সের ।

মাংসগুলি কাটিয়া ধুইয়া জল-শূন্য কর । ধনিয়া, দধি, হরিদ্রা, লবণ ও গোলমরিচ ঐ মাংসের সহিত একরূপ ভাবে মাখিবে যেন, ঐ মাংস মাখিতে মাখিতেই কোমল হয় । মসলা মাখিয়া ঐ মাংস প্রায় তিন ঘণ্টা কাল তদবস্থায় রাখিয়া দিবে । পরে দুই ছটাক পরিমিত ঘৃত জালে চড়াইয়া ঘৃত যখন পাকিয়া আসিবে, তখন মাংসগুলি তাহাতে ঢালিয়া দিবে । যখন মাংসের রস শুকাইয়া আসিবে, তখন সমুদায় জল মাংসে ঢালিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া রাখ । মাংস যখন স্তম্ভিত হইবে, তখন মাংসের জলে তেঁতুল গুলিয়া তাহাতে চিনি মিশাইয়া ঢালিয়া দিবে । যখন ঐ মাংস খুব ফুটিয়া উঠিবে, তখন অবশিষ্ট ঘৃত আর একটা পাত্রে জালে চড়াইয়া উহা পাকিয়া আসিলে, তাহাতে সর্বপগুলি ফোড়ন দিয়া ঐ মাংস সম্বর্য দিয়া ঢাকিয়া দিবে । পরে কিয়ৎক্ষণ জালে রাখিয়া কোল অপেক্ষাকৃত গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইয়া গোলাপ জলে ছোট এলাচ ও দারুচিনি বাটা মিশাইয়া ঢালিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া আধ ঘণ্টা কাল ঢাকা দিয়া রাখিবে । এবং

শীতল হইলে আহার করিয়া দেখ, উহার কত তৃপ্তি-জনক
আশ্বাদ ।

ডিমের কোষ্ঠী ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—ডিম কুড়িটা, ধনে বাটা
ভিন তোলা, হরিত্রা বাটা আধ তোলা, মৌরী চারি আনা,
ভেজপাতা ছয়খানা, মরিচ বাটা এক তোলা, দারুচিনি বাটা
ছয় আনা, আদা এক তোলা, লবঙ্গ ছয় আনা, ছোট এলাচ
বাটা ছয় আনা, ঘৃত এক পোয়া, লবণ চইতোলা, চিনি এক
তোলা ।

প্রথমে ডিমগুলি শীতলজলে বেশ করিয়া ধুইয়া লও ।
পরে একটি পাক-পাত্রে জল চড়াইয়া তাহাতে ধৌত ডিম
উত্তমরূপে স্নান কর । ডিম সিদ্ধ হইলে তাহা নামাইয়া
রাধ এবং উহা শীতল হইলে তাহার উপরের খোলা ছাড়াইয়া
পাত্রান্তরে রাধ ।

এখন মরিচ, হরিত্রা, আদা, ধনে বাটা এবং লবণ অর্ধেক
পরিমাণ একসঙ্গে অন্ন জলে গুলিয়া বেশ করিয়া ডিমে মাখা-
ইতে থাক । এই সময় আর একটি কাজ করিতে হইবে । একটি
সরু শলা দ্বারা প্রত্যেক ডিম ছিদ্র ছিদ্র করিয়া তন্মধ্যে
উক্ত মসলা প্রবেশ করাইয়া দিতে হইবে । এইরূপে গোলা
মসলা ডিমের ভিতর ও উপর উত্তমরূপে মাখান হইলে উহার
আশ্বাদন অপেক্ষাকৃত সুস্বাদ হইবে ।

এদিকে একটি পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া দেড় ছটাক ঘৃত পাকাইয়া লইতে হইবে এবং তাহাতে ডিমগুলি ছাড়িয়া দিয়া অল্প পরিমাণে ভাজিয়া নামাইয়া লইতে হইবে ।

এখন অবশিষ্ট হরিজাবাটা, মরিচ বাটা, ধনে বাটা এবং আদা জলে গুলিয়া জ্বাল দিতে থাক এবং দুই একবার ফুটিয়া উঠিলে তাহা নামাইয়া পরিস্কৃত কাপড়ে ছাঁকিয়া পাত্রান্তরে স্থাপন কর । এই সময় অবশিষ্ট লবণও ঐ জলে দিতে হইবে । ইহাই মসলার জল প্রস্তুত হইল ।

পূর্বে যে পাক-পাত্রে ডিম ভাজা হইয়াছিল তাহাতে ঘৃত আধ ছটাক দিয়া পুনর্ব্বার ঐ পাত্রটি জ্বালে চড়াও এবং ঘৃত পাকিয়া আসিলে তাহাতে তেজপাতা, আস্ত মৌরী ছড়াইয়া দিয়া একটি কাটি কিয়া খুন্নি দ্বারা নাড়িতে থাক । যখন দেখা যাইবে, মৌরীগুলি ফুটিয়া উঠিয়াছে, তখন তাহাতে পূর্ব্বরক্ষিত ডিমগুলি ঢালিয়া আস্তে আস্তে নাড়িতে থাক । পরে পূর্ব্বপ্রস্তুত মসলার জল উহাতে ঢালিয়া দাও এবং মধ্যে মধ্যে ধীরে ধীরে উহা নাড়িয়া দিতে থাক । এরূপ নিয়মে নাড়িতে হইবে, যেন ডিমগুলি ভাঙ্গিয়া না যায় । জ্বালে জল মরিয়া আসিলে লবঙ্গ, দারুচিনি এবং এলাচ উত্তমরূপে বাটিয়া অবশিষ্ট ঘৃত ও চিনির সহিত মিশ্রিত করিয়া উহাতে ঢালিয়া দাও । এই সময় একবার ডিমগুলি আস্তে আস্তে নাড়িয়া চাড়িয়া উনান হইতে পাক-পাত্রটি নামাইয়া তাহার মুখ ঢাকিয়া রাখ । পরিবেশন-কালে ঘৃতাক্ত ঝোলের সহিত

ডিমগুলি মাখাইয়া ভোজাদিগের পাতে দাও। দেখিবে ডিমের কোন্সী কি মধুর আস্বাদনের। এই কোন্সীতে যেন জলের ভাগ না থাকে। জলীয় অংশ অধিক থাকিলে উহা বিন্ধাজ্ হইবে।

গোলআলু অথবা মুখি-কচুর কোন্সী ।

আলু অথবা কচুর খোসা ছাড়াইয়া অল্প লবণ ও জলের সহিত উত্তমরূপ ধৌত করিবে। উহা ধৌত হইলে য়িতে বাদামী ধরণে ভাজিয়া লইবে। পরে দধি, লবণ, বেঙ্গল এবং আদা বাটা, গোলমরিচ বাটা, লঙ্কা বাটা, জীরা বাটা, মনে বাটা, তেজপাত বাটা, ছোট এলাচ বাটা, লবঙ্গ বাটা, দারুচিনি বাটা, হরিদ্রা বাটা, এক সঙ্গে গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দিবে। জ্বালে চড়াইয়া অল্পক্ষণ জ্বালে থাকার পর তাহাতে পরিমাণ মত জল এবং জাফরাণ দিয়া পাক-পাত্রের মুখ বন্ধ করিয়া দিবে। জল অর্ধেক মরিয়া আসিলে উহা জ্বাল হইতে নামাইয়া লইবে। কোন্সীর আলু আস্ত আস্ত থাকা আবশ্যক এবং খোসা ছাড়াইয়া সরু শলা দ্বারা ছিঁড় ছিঁড় করিয়া দিতে হয়।

মৎস্তের মৌল ।

মৎস্তের মৌল কিরূপ মুখ-প্রিয় একবার আহার না

করিলে বুঝিতে পারা যায় না। বে নিয়মে উহা পাক করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে।

বুহং জাতীয় অর্থাৎ রোহিত, কাতলা এবং মুগেল প্রভৃতি মৎস্তে মৌল পাক করিলে উহার উত্তম আশ্বাদ হইয়া থাকে। মৎস্ত বড় বড় চাকা চাকা করিয়া কাটিয়া লইয়া ঘূতে ভাজিতে হয়। পরে আবশ্যকমত ময়দা ও নারিকেল দুগ্ধ এবং তেজপত্র একত্রে অল্প ফুটাইয়া লইতে হয়। এক সের মৎস্তে আধ সের নারিকেল দুগ্ধ হইলেই যথেষ্ট হয়। ফুটিবার পর জ্বাল হইতে উহা নামাইয়া শীতল করিবে। অনন্তর উত্তমরূপে ফেটাইয়া পুনর্বার জ্বালে চড়াইবে এবং মৃদু জ্বালে উহা পাক হইতে থাকিবে। যখন দেখিবে উহা ঘন হইয়া আসিয়াছে, তখন একবারে জ্বাল বন্ধ করিয়া কয়লার আগুনের আঁচে দ্রুত হইবে। এই সময় ভাজাগুলি ও লবণ উহাতে ঢালিয়া দিবে। মাচ দেওয়ার পর অথগু মসল অর্থাৎ ছোট এলাচের দানা, লবঙ্গ, আদার কুচি, দারুচিনির কুচি, কাঁচা লঙ্কার কুচি দিয়া পাক-পাত্রে মুখ ঢাকিয়া দিবে। যখন বেশ থকথকে হইয়া আসিবে, তখন তাহাতে মাখন দিয়া নামাইলে মৎস্তের মৌল পাক হইল।

ষষ্ঠ পরিচ্ছেদ ।

কোপ্তা ও কাবাবাদি প্রকরণ ।

আলুর কোপ্তা ।

আলু অতি উপকারী তরকারী । নানা রকমে উহা ব্যবহার করিতে পারা যায় । এদেশে যে কয়েক প্রকার আলু ব্যবহার হয়, তন্মধ্যে বিলাতী আলুই সর্বাপেক্ষা উত্তম । আলু যেমন থাইতে সুখাদ্য সেইরূপ পুষ্টি-কর ; উহা এত পুষ্টি-কর যে, আয়র্লণ্ডবাসিরা অধিক পরিমাণে আলু ভক্ষণ করিয়া দেহ পোষণ করিয়া থাকে । এই আলু প্রথমে সাহেবদিগের দ্বারা এ দেশে আনীত হয় বলিয়া অনেকে উহাকে বিলাতী আলু কহে । এক্ষণে এদেশেও উহার বহুল পরিমাণে চাষ হইতে আরম্ভ হইয়াছে । হিন্দুদিগের মধ্যে কেহ কেহ গোলআলু অপবিত্র জ্ঞানে তাহা ভক্ষণ করেন না । কিন্তু বিবেচনা করিলে উহাতে অপবিত্রতার কোন প্রমাণ পাওয়া যায় না । অন্তান্ত উদ্ভিদ যে প্রকার পদার্থ আলুও সেইরূপ । আমরা যে সকল তরকারী ব্যবহার করিয়া থাকি তন্মধ্যে আলুর স্থায় পুষ্টি-কর তরকারী অতি অল্পই দেখিতে পাওয়া যায় । আলুর একটি বিশেষ গুণ এই যে, উহা প্রায় সকল ব্যক্তনেই ব্যবহার করিতে পারা যায় । পোড়া ও ভাতে হইতে পিষ্টক প্রভৃতি মিষ্ট দ্রব্যে

পর্যন্ত ব্যবহৃত হইয়া থাকে । এবং উহা বৎসরের সকল সময় পাওয়া যায় । এরূপ পুষ্টি-কর তরকারী সর্বদা ভক্ষণ করা ভাল ।

আলু দ্বারা যে নানাবিধ বাঞ্ছন প্রস্তুত হয়, তাহা পূর্বেই উল্লিখিত হইয়াছে । মাংসাদির সহিত রন্ধন করিলে উহা এত সুস্বাদু হয় যে, অনেকে মাংস পরিত্যাগ করিয়া আলু ভক্ষণ করিয়া থাকেন । কেবলমাত্র আলু দ্বারা এত উৎকৃষ্ট তরকারী প্রস্তুত হয় যে, তাহার আশ্বাদন ঠিক মাংসের স্থায় হইয়া উঠে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—আলু এক সের, স্বত আধ সের, দধি আধ পোয়া, ছোলার ছাতু আট তোলা, আদা ছই তোলা, ধনে ছই তোলা, পোস্তদানা ছই তোলা, মৌরীভাজ্য এক তোলা, কালজীরা এক তোলা, লবণ তিন তোলা, মরিচ সাড়ে চারি মাসা, ছোট এলাচ চূর্ণ চারি মাসা, লবঙ্গ তিন মাসা ।

যে সকল মসলার কথা লিখিত হইল, তদসমুদায় হইলেই ভাল হয়, তবে ছই একটি না পাওয়া গেলে যে, রন্ধন হয় না তাহা নহে । আমরা মসলাদির যে পরিমাণ লিখিলাম, সকল স্থলে ঐরূপ গুজন করিয়া রন্ধন কার্য্য চলিতে পারে না । কারণ পাচক ও পাচিকাগণ যে, রন্ধন-শালায় সের, দাড়ি কিম্বা নিক্তি এবং ঘড়ি ধরিয়া রন্ধন করিবেন তাহা তত সহজ নহে । বাহাতে সহজ উপায়ে এবং অল্প পরিমাণ মাল মসলা দ্বারা

শুস্বাদু তরকারী প্রস্তুত করিতে পারা যায়, তাহার প্রতি লক্ষ্য করিয়া রন্ধন করাই প্রধান গুণগণ্য। আমাদের দেশের জী-লোকেরা আন্দাজ করিয়া মসলাদি দিয়া অতি উৎকৃষ্ট বাঞ্জ-নাদি রাখিয়া থাকেন। আমরাও সেই রীতি অনুসারে রন্ধন করিতে পরামর্শ দিই।

যে পরিমাণ আলুর কোপ্তা প্রস্তুত করিতে হইবে, তদনুসারে উত্তম করিয়া খোলা ছাড়াইয়া জলে ধুইতে হইবে। পরে আধ পোয়া ঘূতে সেই আলুগুলি অর্ধেক লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সস্তলন অর্থাৎ সাঁতলাইতে হইবে। যখন দেখিবে উহা বেশ ভাজা ভাজা হইরাছে, তখন তাহাতে ধনে বাটা, মরিচ বাটা, আদাবাটা ও লবণ তিন তোলা এবং পরিমাণ মত জলদিয়া ঐ আলুগুলি সিদ্ধ করিতে হইবে। হাঁড়িতে অল্পভাগ ঘূষ অর্থাৎ বোল থাকিতে থাকিতে এক ছটাক ঘূতে অবশিষ্ট লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া এক-বার সাঁতলাইতে হইবে। এবং ঐহার রস গাঢ় অর্থাৎ ঘন হইলে গন্ধদ্রব্য অর্থাৎ ছোট এলাচ চূর্ণ দিয়া নামাইতে হইবে। এই বোলের সহিত আলু, ছাতু, পোস্তবীজ, মোরী এবং দধি মিশাইয়া উত্তমরূপে দলিয়া থামা প্রস্তুত করিতে হইবে। ঐ থামা দ্বারা আলুর আকৃতি তৈয়ার করিতে হইবে এবং যদি ইচ্ছা হয় তবে মোরী ভাজা চূর্ণ ও ছোট এলাচ চূর্ণ লেবুর রসে মিশাইয়া পূর দিতে পারা যায়। অনন্তর পাক-পাত্রে অবশিষ্ট ঘূত এবং ঐ আলুগুলি

দিয়া কোন প্রকার আচ্ছাদন অর্থাৎ ঢাকনি দ্বারা উহা মুখ বন্ধ করিয়া দিতে হইবে এবং উক্ত দ্রব্য সামান্তরূপ মুড়ু আলে ভাজা ভাজা হইলে তাহা নামাইয়া রাখিতে হইবে। এই প্রকার প্রস্তুত করা আলুকে আলুর কোণ্ডা কহে।

আলুর কোণ্ডা প্রস্তুত করিতে হইলে যে সকল দ্রব্য লাগে এবং যেরূপ নিয়মে উহা রন্ধন করিতে হয় তাহা লিখিত হইল। এখন পাটক ও পাচিকাগণ একটা ভাগ হির করিয়া যখন যেরূপ আবশ্যক হইবে, সেই হিসাবে উহা প্রস্তুত করিতে সমর্থ হইবেন। যে কোন ব্যঞ্জনাদি রন্ধন করিতে হইলে দুই একবার স্বহস্তে রন্ধন না করিলে তাহাতে জ্ঞানলাভ করিতে পারা যায় না। আমরা আশা করি নূতন পাটক ও পাচিকাগণ একবার বিফলবদ্ধ হইলে যেন হতাশ্বাস না হয়েন। চেষ্টা করিলে সকলেই যে, পূর্ণ-মনোরথ হইবেন তাহাতে কোন সন্দেহ নাই।

যে নিয়মে আলুর কোণ্ডা প্রস্তুতের বিষয় লিখিত হইল তাহা বায়-সাধ্য স্তরং সামান্য গৃহস্থগণ ঐরূপ অধিক দ্রব্যাদি দিয়া রন্ধন করিতে সমর্থ হয়েন না, কারণ অধিক বায় পড়িয়া যায়। এজন্য আমরা রন্ধন সম্বন্ধে দুইটি নিয়ম অবলম্বন করিতে পরামর্শ দিই। অর্থাৎ বাহাদিগের অবস্থা স্বচ্ছল এবং অধিক দ্রুত মসলাদি আহার করিয়া থাকেন, তাহারা সেইরূপ নিয়মে রন্ধন করিবেন আর

গৃহস্থগণ অল্প ব্যয়-সাধ্য প্রণালী অবলম্বন করিয়া রন্ধন করিলেই চলিতে পারে। আলুর কোণ্ডা পাক করিবার স্থলে বেক্রপ ঘূতের পরিমাণ লিখিত হইল, বাহাদিগের ঐক্লপ ঘূতাদি ব্যবহার কষ্ট-কর বোধ হইবে, তাহার তৈলে ঘূতের কাজ সারিয়া লইতে পারেন, এবং শেষ কালে ঘূত সম্বরা দিয়া নামাইলেই অতি অল্প ব্যয়ে কোণ্ডা প্রস্তুত হইবে। পাচক ও পাচিকাগণ রাধিবার নিয়ম জ্ঞাত হইলে দ্রুত মসলা প্রভৃতি অধিক কি অল্প দেওয়ার আবশ্য-কতা অনায়াসেই স্থির করিয়া লইতে পারেন। আমাদের অনুরোধ কেহ যেন ঘূতাদির পরিমাণ অধিক হুদধিয়া মনে না করেন যে, উহার কমে রন্ধন হইতে পারে না। তৈল দ্বারা রন্ধন করিতে হইলে, মসলাদির পরিমাণ অর্দ্ধেক করিতে হইবে, কেবল লবণ আড়াই তোলা লইলেই পরিমিত হইবে।

হোসেন্সা কাবাব ।

হোসেন্সা কাবাবকে কেহ কেহ কাবাব হোসেনিও কহিয়া থাকেন। এই খাদ্যটি মুসলমানদিগের নিকট হইতে অন্যান্য জাতি শিখিয়া লইয়াছেন।* হিন্দু জাতির মধ্যে মাংসের কাবাবাদির বহুল প্রচার দেখিতে পাওয়া যায় না। বাস্তবিক মুসলমান জাতি দ্বারা মাংস রন্ধনের

যার পর নাই উন্নতি সাধিত হইয়াছে। হিন্দুদিগের মধ্যে মুসলমানী রন্ধনে বিশেষ অশ্রদ্ধার কারণ অধিক পরিমাণে পিষাজ ও রসুন ব্যবহার করা। পিষাজ ও রসুন ভিন্ন মুসলমান জাতির প্রায় কোন প্রকার মাংস রন্ধনের ব্যবস্থা নাই। আমরা প্রীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, পিষাজ ও রসুন দ্বারা মাংসাদির আত্মদগত অনেকটা উন্নতি হইয়া থাকে। তবে অধিক পরিমাণে ব্যবহার করিলে অপকার হইতে দেখা যায়। ভাবপ্রকাশ প্রভৃতি আর্ষ্য চিকিৎসা-শাস্ত্রে পিষাজের অনেকগুলি গুণ লিখিত আছে। অর্থাৎ পিষাজ রসে ও পাকে মধুর, কফ-জনক, বীৰ্য্য-জনক, গুরু ও বাত-নাশক এবং অতিশয় পিত্তবর্দ্ধক বা উষ্ণ নহে। (*) সে বাহ্য হউক মাংসাদির রন্ধন সম্বন্ধে মুসলমান জাতি যে বিস্তর জীবুদ্ধি করিয়াছেন, তাহা সকলকেই এক বাক্যে স্বীকার করিতে হইবে। এক্ষণে আমরা হোসেনা কাবাবের রন্ধন-প্রণালী নিম্নে লিখিতে প্রবৃত্ত হইলাম।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, স্বত এক + পোয়া, দধি এক পোয়া, পলাণ্ডুখণ্ড আধ পোয়া,

(* স্বাদুঃ পাকে রসেহ্নুষ্ণঃ কফকুন্নাতিপিত্তলঃ।

হরতে কেবলং বাতং বলবীৰ্য্যকর গুরুঃ ॥

ইতি ভাবপ্রকাশঃ।

† ঘূতের পরিবর্তে মাখন দ্বারা প্রস্তুত করিলে অধিক সুস্বাদু হইয়া থাকে।

দারুচিনি বাটা ছুই আনা, ছোট এলাচ বাটা ছুই আনা, লবঙ্গ বাটা ছুই আনা, মরিচ বাটা চারি আনা, আদার রস দেড় ছটাক, ধমে বাটা দেড় তোলা, লবণ আড়াই তোলা ।

প্রথমতঃ হাড়-শূন্য মাংসগুলি বাদামী ধরণে খণ্ড খণ্ড করিয়া কাটিতে হইবে। পরে উহা উত্তমরূপে ধোত করিয়া জল-শূন্য করিবে, পরে উহাতে লবণ, আদার রস ও অর্দ্ধেক দধি মাখাইয়া এক ঘণ্টাকাল ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। তৎপরে একটি পাক-পাত্রে অর্দ্ধেক ঘৃত চড়াইয়া উহার গাঁজা মরিয়া গেলে তাহাতে পিয়াজগুলি বাদামী রঙে ভাজিয়া পাত্ৰান্তরে রাখিয়া উক্ত ঘৃতে মাংস ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া দিয়া, মুহু মুহু জ্বাল দিতে থাকিবে ও মধ্যে মধ্যে ঢাকনিটা খুলিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে। রস মরিয়া আসিলে উহা নামাইয়া সূক্ষ্ম ধনিয়া ও অর্দ্ধেক মসলা ও দধি মাখাইয়া একবার জ্বালে চড়াইয়া কিঞ্চিৎ শুক করিয়া নামাইবে। এই সময় সক্র সক্র শিক বা শলাকায় একখণ্ড মাংস ও একখণ্ড পিয়াজ ভাজা পর পর ক্রমান্বয়ে গাঁথিয়া তপ্ত অঙ্গারের উত্তাপে ঐ শলাকা ঘুরাইতে ও মধ্যে মধ্যে চামচে করিয়া অবশিষ্ট মসলা ও ঘৃত মিশাইয়া উহাতে কিঞ্চিৎ কিঞ্চিৎ দিতে হইবে। এই মসলাযুক্ত সমস্ত ঘৃত উহাতে খাওয়ান হইলে অর্থাৎ মাংস বেশ সুপক হইলে নামাইয়া শলাকা হইতে খুলিয়া একটি পাত্রে ঢাকিয়া রাখিবে। দ্বিৎ উত্তপ্ত থাকিতে থাকিতে

আহার করিয়া দেখ, কেমন রসনার তৃপ্তি-কর কাবাব প্রস্তুত করা হইয়াছে।

মাচের কোণ্ডা ।

মৎস্তের কোণ্ডা আহারে কিরূপ মুখ-প্রিয় তাহা পরীক্ষা করিয়া দেখা তত কঠিন নহে। যে সকল মৎস্য আমরা নিত্য আহার করিয়া থাকি, তাহা দ্বারা উহা প্রস্তুত হইয়া থাকে, তবে একটু পাকা মাচ হইলেই ভাল হয়। কোণ্ডা মুলমানদিগের মধ্যে অধিক প্রচলিত। আজ কাল হিন্দুদিগের মধ্যেও উহার ব্যবহার আরম্ভ হইয়াছে। পিয়াজ রন্ধন পরিত্যাগ করিয়া রন্ধন করিলে হিন্দু-জাতির ব্যবহার-যোগ্য মৎস্ত-কোণ্ডা প্রস্তুত হইল। এখন পাচকবর্গ নিম্নলিখিত নিয়ম পাঠ করিয়া মাচের কোণ্ডা রন্ধন করতঃ আত্মীয় স্বজনের তৃপ্তি করিতে থাকুন।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মৎস্তখণ্ড এক সের, ঘৃত সাত ছটাক, লবঙ্গ দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, দারুচিনি দুই আনা, মরিচ পাঁচ আনা, ধনে দুই তোলা, কাঁচা মুগের দাইল বাটা চারি তোলা, হরিদ্রা বাটা দুই তোলা, আদা দুই তোলা, ছোলার ছাতু চারি তোলা, দধি এক পোয়া, মৌরী ভাজা চূর্ণ আধ তোলা, কালজীরা আধ

তোলা, লবণ চারি তোলা, হাঁসের ডিম দুইটা, পিয়াজ আধ পোয়া, রসুন এক তোলা, জল এক পোয়া । ০

প্রথমে মাচগুলি কুটিয়া তাহাতে দুই তোলা হরিদ্রা ও লবণ আধ তোলা মাখাইয়া এক ঘণ্টা ঢাকিয়া রাখিতে হইবে, পরে অধিক জলে দুই তিনবার ধৌত করিয়া একটি পাত্রে রাখ । এখন এই ধৌত মংস্ত্রে এক তোলা লবণ ও আদার রস মাখাও । এদিকে একটি পাক-পাত্রে আধ পোয়া ঘৃত জালে চড়াও এবং উহার উপর ছাড়িয়া দিয়া সাতলাইয়া তাহাতে ধনে, আদা, মরিচ, কালজীরা, পিয়াজ ও রসুন বাটা এবং লবণ জলে গুলিয়া ঐ মংস্ত্রের উপর ঢালিয়া দাও । যখন দেখা যাইবে মাচ সিদ্ধ ও রস শুষ্ক হইয়াছে, তখন এক ছটাক ঘৃতে লবণ ফোড়ন দিয়া সাতলাও । সাতলানর পর ছোট এলাচ ও দারুচিনির গুঁড়া উহার উপর ছড়াইয়া দিয়া নামাও ।

মাচগুলি ঠাণ্ডা হইলে বেশ করিয়া সমুদায় কাঁটা বাহির করিয়া ফেল । এবং মাচের গা-মার্থা রসের সহিত দাইল বাটা, পোস্তবীজ, ডিমের সাদা অংশ, মোরচূর্ণ ও দধি এক সঙ্গে মিশাইয়া বেশ করিয়া চটকাইয়া লও । এখন ঐ কাদার ছায় পদার্থ লইয়া এক একটি ডিমের ছায় গড়াও । সমুদায় গড়ান হইলে একটি পাক-পাত্রে এক পোয়া ঘৃত ঢালিয়া সেই ঘৃতের উপর ঐ গুলি সাজাও । সাজান শেষ হইলে অপর একটি পাত্র দ্বারা তাহা ঢালিয়া দাও । অনন্তর

তত্ত্ব অঙ্গার ঐ পাক-পাত্রে নীচে এবং চাকনিটির উপর স্থাপন কর। কৈহ কৈহ আবার ঘূতের উপরে অল্প পরিমাণ মৌরীভাজা ছড়াইয়া দিয়া তাহার উপরি ঐ ডিম্বাকৃতি কোণ্ডাগুলি সাজাইয়া থাকেন। এইরূপ অবস্থায় অল্পক্ষণ থাকিলে মৎস্তের কোণ্ডা পাক হইল।

এই কোণ্ডা মধুরায় করিতে হইলে ভাকার পর উহাতে আধ সের পানক ঢালিয়া দিয়া তাপ দিতে হইবে এবং রস শুষ্ক হইলেই নামাইয়া লইতে হয়। অল্প গরম থাকিতে থাকিতেই এই কোণ্ডা অত্যন্ত মুখ-প্রিয়।

ঘূত দ্বারা কোণ্ডা পাক করা বাহাদিগের গক্ষে অল্প বিধা বোধ হইবে, তাঁহারা তৈল দ্বারা রন্ধন করিতে পারেন কিন্তু ঘূত-পকের দ্বারা তৈল-পক কখনই আশ্বাদবিশিষ্ট হয় না, তাঁহা বোধ হয় সকলেই সহজেই বুঝিতে পারিবেন। বাহার যে রূপ অবস্থা তিনি তদুপযোগী করিয়া আহার সুখ উপভোগ করেন, ইহাই আমাদের একমাত্র ইচ্ছা। অনেকে প্রচুর ঘূত মসলার নাম শুনিয়াই হতাশাস হইয়া থাকেন, সেই কষ্ট পাক-প্রণালী সর্বসাধারণ অবস্থাপন্ন লোকের উপযোগী করিয়া লিখিত হইতেছে, কাহার বঞ্চিত হইবার কোন কারণ নাই।

হিন্দুশাস্ত্র মতে রবিবারে মৎস্ত * ভক্ষণ নিষেধ।

* বৈদ্য শাস্ত্রে বৃহৎ মৎস্তের শৃংগঃ - শৃংগ, শুক্ল এবং মল-বদ্ধ কারক।

ইটালিয়ান মাংস-গোলক ।

ইটালি হইতে পৃথিবীর অন্যান্য দেশে মাংস গোলক প্রচার ও ব্যবহার হইয়াছে । উহাকে এক প্রকার মাংসের কোণ্ডাও বলা যাইতে পারে । মুসলমান জাতির মধ্যেও উহার অনেক প্রকার রন্ধন নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায় । মাংস গোলক যে সকল জব্য দ্বারা রন্ধন করিতে হয়, তৎসমুদায়ের মূল্য অধিক কিম্বা তাহা দুস্ত্রাপ্য নহে । মনে করিলে সকলেই উহা অনায়াসেই প্রস্তুত করিয়া উহার আন্বাদন লইতে পারেন । মাংস গোলকের বিশেষ একটা বিধি এই যে, কি হিন্দু, কি মুসলমান, কি ইংরাজ সকল শ্রেণীর লোকেই উহা আহাৰ করিতে সমর্থ । ভাগ প্রভৃতি সকল প্রকার মাংস দ্বারাই উহা পাক করা যাইতে পারে । মাংস গোলক রন্ধনের নিয়ম নিম্নে দেখ ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, পাঁঠার চর্কি (১) এক তোলা, আদা দুই ছটাক, ধনে চারি তোলা, লবণ চারি তোলা মরিচ দুই ছুই তোলা, ময়দা দুই তোলা, ছোট এলাচ তিন তোলা দারুচিনি তিন আনা, লবণ তিন আনা, জাকরণ দুই আনা, জল দেড় সের ।

বুহ্মাশুণ্ডা:—গুরুত্বং গুরুত্বং মলবন্ধকারিত্বঞ্চ ।

ইতি রাহবলভঃ ।

(১) উহার অভাবেও হইতে পারে ।

টাক মাংসগুলি বড় বড় করিয়া বাদামী ধরণে কুটিয়া লইতে হইবে। মাংস শুষ্ক হইলে একটা পাক-পাত্রে দ্রুত দিয়া তাহা জ্বলে চড়াইয়া দ্বিতের গাঁজা মরিয়া আসিলে তাহাতে লবঙ্গ কোড়ন দিয়া সীতলাইয়া লইয়া এক সের জল দিয়া সিদ্ধ করিতে থাক। সিদ্ধ মাংস হইতে এক পোরা মাংস তুলিয়া লইয়া উত্তমরূপে ধুইতে হইবে। এই মাংসের মধ্য হইতে দুই তোলা পৃথক করিয়া রাখ। এখন অবশিষ্ট ধোঁরা মাংসগুলি ধুইয়া, অবশিষ্ট জল ও লবঙ্গ দিয়া পাক কর এবং পূর্বে রক্ষিত দুই তোলা ধোঁরা মাংস, পাঁঠার চর্কি ও আদা একত্র পিষিয়া ময়দার সহিত মিশাইয়া ইচ্ছামত অর্থাৎ ছোট ও বড় বড় আকারে গোলক নির্মাণ কর। ময়দার গোলক প্রস্তুত হইলে তৎসমুদায় উত্তমরূপ ভাজিতে থাক; যখন উহার বাদামী রঙ দেখা যাইবে, তখন তাহা দ্রুত হইতে তুলিয়া সিদ্ধ মাংসের সহিত মিশাইয়া মমে রাখিতে হইবে। কিছুক্ষণ এইরূপ অবস্থায় তৎ অঙ্গারের উপর থাকিলে উহা বেশ সুসিক হইয়া আসিবে, তখন তাহাতে মরিচ এবং ময়দার গন্ধ মসলার গুঁড়া চড়াইয়া দিয়া একবার নাড়িয়া ঢাকিয়া পাক-পাত্রে রাখিয়া নামাইয়া লও এবং অল্প গরম থাকিতে থাকিতে আহার করিয়া দেখ, মাংস গোলক ভোমার রসনার সহিত কিরূপ আত্মীয়তা করিয়া লইয়াছে। খুব ঠাণ্ডা হইলে মাংস-গোলক থাইতে তত ভাল লাগে না। এতদ্বারা উহা আহারের অধিক পূর্বে রক্ষণ হইলে কিবা শীতকালে জুড়া-

ইয়া গেলে, পরিবেশনের সময় তপ্ত অঙ্গারের উপর অল্প গরম করিয়া লইলেই সে অসুবিধা নিবারণ হইতে পারে।

গোল-আলুর ফ্রেঞ্চবল ।

ইয়ুরোপের নানা স্থানে আলুর নানা প্রকার খাদ্য প্রস্তুত ও ব্যবহার হইয়া থাকে। আলু দ্বারা যে সকল খাদ্য পাক করিবার রীতি দেখা যায়, তৎসমুদায়ের বার অধিক নহে অথচ বেশ সুখাদ্য। অল্প ব্যয়ে সুখাদ্য এবং পুষ্টি-কর ত্রব্য পাকের বিষয় সকলেরই অধিক পরিমাণে শিক্ষা করা আবশ্যিক। বোধ হয় এই কারণেই ইয়ুরোপ ও আমেরিকার ক্রীড়কম খাদ্যের সমধিক আদর। পৃষ্ঠকবর্গ ফ্রেঞ্চবল রন্ধন করিতে শিক্ষা করুন।

উপকরণ ও পরিমাণ।—গোল-আলু আধ সের, দুগ্ধ আধ ছটাক, স্নত (১) দেড় পোয়া, লবণ এক তোলা, ডিম দুইটা, আদার রস এক তোলা, পিয়াজ ছেঁচা এক ছটাক, বিস্কুটের গুঁড়া (২) দুই ছটাক।

(১) স্নত অভাবে তৈল কিন্তু তাহার উত্তম আস্বাদ হইবে না।

(২) বিস্কুটের অভাবে যবের ছাতু, বেশম, সূজি অথবা ময়দা কিন্তু বিস্কুটের গুঁড়া হইলেই ভাল হয়।

প্রথমে আলুগুলি নিদ্ধ কর। পরে তাহার খোসা ফেলা-
ইয়া চটকাইয়া লও। এখন উহাতে দুগ্ধ, লবণ, পিঁয়াজ
এবং আধ ছটাক স্নাত মাখ। অনন্তর উহা ছোট ছোট
অর্থাৎ এক একটা আনড়ার ম্যায় আকারে গোলাকার করিয়া
গড়াও। এখন অপর একটি পাত্রে ডিম ভাঙ্গিয়া তাহার
তরল অংশ ফেনাইয়া তাহাতে আদার রস মিশ্রিত। অনন্তর
পূর্ক প্রস্তুত করা গোলাকৃতি আলুগুলি এক একটা করিয়া
ডিমের তরলাংশে মাখাইয়া তাহার উপর বিকুটের গুঁড় অথবা
বেসমাদি মাখাইয়া তাহা ভাজিয়া লও। ভাজিতে ভাজিতে
যখন দ্রব ও লালচে গোছের রঙ দেখা বাইবে, তখন তাহা
নানাইয়া লইলেই ফ্রেক-বল পাক হইল।

পটলের মোগলাই গোঁপতান।

মোগল জাতি হইতে ইহদী প্রভৃতি অন্যান্য জাতি গোঁপ-
তান পাকের নিয়ম ও ব্যবহার শিক্ষা লাভ করিয়াছেন। কিন্তু
এক্ষণে ইহুদিদিগের মধ্যে উহার কতক প্রভেদ হইয়া দাঁড়াই-
য়াছে। এদেশেও গোঁপতান ব্যবহার আরম্ভ হইয়াছে। গোঁপ-
তান মৎস্য ও মাংস উভয় দ্রব্য দ্বারা হইতে পারে। এ প্রকরণে
কেবলমাত্র মাংসের গোঁপতানের বিষয় লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—পটল এক সের, কৌমল

হাড়-শুগ্ধ মাংস দেড় পোয়া, ঘৃত (১) এক পোয়া, পিয়ারাজ কুচি এক ছটাক, আদার রস দুই ছটাক, রসুনের কুচি দুই আনা, ছোট এলাচ চারি আনা, দারুচিনি দুই আনা, লবঙ্গ এক তোলা, লবণ এক তোলা, গোলমরিচ গুঁড়া চারি আনা, জীরা গুঁড়া চারি আনা, কিস্মিস্ এক তোলা, পেস্তা এক তোলা, বাদাম এক তোলা, বাতাসা এক তোলা, দধি আধ পোয়া ।

হাড়-শুগ্ধ নরম মাংস লইয়া তাহাতে আদার রস ও দধি মাখাইয়া এক ঘণ্টাকাল ঢাকিয়া রাখিতে হইবে । এদিকে এক ছটাক ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে বাদাম, পেস্তা এবং কিস্মিস্ গুলি আধ ভাজা করিয়া তুলিয়া রাখিতে হইবে । পরে ঐ পাক-পাত্রে রসুন কুচি দিয়া ভাজিতে থাক, উহা ভাজা হইলে তুলিয়া ফেলিয়া দাও এবং সেই ঘূতে পিয়ারাজ ভাজিয়া তুলিয়া রাখ । এক্ষণে গন্ধ মসলাগুলি উহাতে দিয়া অল্প অল্প ভাজা ভাজা হইলে তাহাতে মাংস দিয়া একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া একটা ঢাকনি দ্বারা ঐ পাত্রে মুখ ঢাকিয়া রাখ । এইরূপ নিয়মে মধ্যে মধ্যে ঢাকনিটা খুলিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া রাখ । যখন দেখা যাইবে অলের ভাগ শুক হইয়া আসিয়াছে, তখন উহা জ্বল হইতে নামাইয়া

(১) অজাবে তৈল কিন্তু তাহা ঘৃত পকের জ্বার সুশাদ্য হইবে না ।

গরম থাকিতে থাকিতে লবণ মিশাও। মাংসের গরম কমিয়া আসিলে অর্থাৎ হাত সহ হইলে তাহা হামানদিত্তার পিষিয়া কাদার মত কর।

এদিকে পটলগুলি অল্প টাচিয়া অর্থাৎ উহার খোসা না ফেলিয়া কেবলমাত্র নীল টাচিয়া তাহার একদিকের মুখ কাটি। এবং তাহার ভিতরের শাঁস বাহির করিয়া পুর দিয়া পুনর্বার কাটা মুখ অটকাইয়া রাখা আবশ্যক ; এইরূপে প্রত্যেক পটল-গুলি প্রস্তুত করিতে হইবে। এতলে ইহা মনে রাখা আবশ্যক পটলগুলি যেন খুব পাকা এবং ছোট না হয়। সরল, কচি অথচ লম্বা এবং পুষ্ট পটল হইলেই ভাল হয়। ছোট পটলের ভিতর অধিক পূর ধরে না, সুতরাং মাংসাদি উপকরণ অনেক উদ্ধৃত হইয়া পড়ে। এক্ষণে বড় বড় পটল বাছিয়া লওয়া আবশ্যক। এক্ষণে প্রত্যেক পটলের ভিতর ঐ পেষিত মাংস পুরিয়া তাহার মুখ বন্ধ করিতে হইবে এবং বেসম অল্প পরিমাণে জলে গুলিয়া আটার মত হইলে তদ্বারা পটলের গা লেপিতে হইবে। লেপা হইলে ঐ পটল ঘূতে কড়া করিয়া ভাজিয়া লইলেই পটলের যোগলাই গোঁপতান রন্ধন হইল। এতলে পাচকগণের আর একটা বিষয়ের প্রতি দৃষ্টি রাখিতে হইবে, অর্থাৎ যখন দেখা যাইবে, পটলের গায়ের বেসম রাঙা রাঙা হইয়া ফাটিয়া আসিয়াছে, তখন তাহা ঘূত হইতে নামাইয়া লইতে হইবে। আহ্বারের সময় বেসমের লেপন খুলিয়া পটল এবং ঐ লেপ পৃথক পৃথক আহ্বার করিতে হইবে। কেহ কেহ উহা না খুলিয়া

একেবারেই কামড়াইয়া অথবা সাহেবীধরণে ছুরী দ্বারা চাকা চাকা করিয়া কাটিয়া আহার করিয়া থাকেন।

হিন্দু-শাস্ত্রমতে ত্রয়োদশী তিথিতে এবং হরিশয়নে পটল ভক্ষণ নিষেধ। পটল অতি পবিত্র তরকারী।

(১) বৈদ্য-শাস্ত্র মতে পটলের গুণ—কটু, তিক্ত, উষ্ণ, মারক, পিত্ত, কফ, কণ্ডু এবং দাহাদি নাশক। হিন্দী ভাষায় পটল ক পরবল্ কহিয়া থাকে।

তপস্বী মাচের ইংলিস ফ্রাই।

তপস্বী মাচ যে কিরূপ সুখাদ্য, সে পরিচয় বোধ হয় অধিকাংশ লোকেই অবগত আছেন। ইংরেজেরা এই মৎস্তের অভ্যাস্ত ভক্ত। তাঁহারা উহাকে “ম্যান্ড ফিস্” কহিয়া থাকেন। বৈশাখ ও জ্যৈষ্ঠ মাসেই উহা প্রচুর দেখা যায়। তপস্বী মাচের মধ্যে যে সকল মাচে ডিম হইয়াছে, তাহাই আবার অতি সুখাদ্য। এজন্য ডিমযুক্ত মাচের অধিক আদর ও মূল্য। অন্যান্য মাচের ত্রায় তপস্বী মাচের অধিক কাঁটা নাই। তপস্বী মাচ ভাজা থাইতেই ভাল।

(১) পটলস্য গুণাঃ—কটুত্বং তিক্তত্বং উষ্ণত্বং মারকত্বং।

পিত্তধনাশক কফকণ্ডু তিক্তাস্তৃগুজরদাহান্তিনাশিত্বকঃ।

ইতি রাজনির্ণয়ঃ।

ইংরাজেরা উহা যে নিয়মে এবং যে যে উপকরণে ভাজিয়া সুখাদ্য করিয়া থাকেন, এখানে তাহাই লিপিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ—তপস্যা মাচ (সডিং) এক সের, পিয়াজ কুচি এক পোয়া, * ডিম চারিটা, বিস্কুটের গুঁড়া (১) আধ পোয়া, মিছরি বা চিনি আধ তোলা, মাখন বা ঘৃত (২) আধ পোয়া, তৈল এক পোয়া, লবণ আড়াই তোলা, হরিস্রা বাটা দুই তোলা, লঙ্কা বাটা আধ তোলা, ছোট এলাচের দানা চারি আনা, দাওচিনির কুচি চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, জীরামরিচ বাটা আধ তোলা।

প্রথমে মাচগুলি আস্ত রাখিয়া কুটির লইয়া তাহাতে এক তোলা লবণ ও হরিস্রা বাটা মাখাইয়া এক ঘণ্টাকাল রাখিতে হইবে। পরে গরম জলে মাচগুলি বেশ করিয়া ধুইয়া লইতে হইবে। এইরূপ করিয়া ধুইলে তাহার শায়ের লালাবৎ পদার্থ পরিস্কৃত হইয়া বাইবে।

* ডিম বলিলেই হাঁস অথবা মুরগী ডিম উভয়ের মধ্যে যে কোন ডিম ব্যবহার করিলেই চলিবে।

(১) অভাবে বরের ছাত্তু কিন্তু বিস্কুটের গুঁড়া হইলেই ভাল হয়। এই সকলের অভাব হইলে ময়দা কিম্বা সুজি দ্বিতে আর ভাজিয়া লইতে হইবে।

(২) মাখন হইলেই ভাল হয়, অভাবে ঘৃত।

এখন একখানি কড়াতে তৈল জ্বালে চড়াইয়া তাহার গাঁজা মরিয়া আনিলে তাহাতে মাচগুলি ভাজিয়া অল্পপাত্রে তুলিয়া রাখিতে হইবে। মাচ ভাজা তৈল বাহা কড়াতে থাকিবে, তাহা একটা পাত্রে রাখিয়া ঐ কড়াতে মাখন বা ঘূত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে পিয়াজগুলিও ভাজিয়া স্বতন্ত্র পাত্রে তুলিয়া রাখিতে হইবে। পূর্বে যে ডিমের কথা বলা হইয়াছে, এখন একটা পাত্রে সেই ডিম ভাঙিয়া তাহার মধ্যস্থ তরলাংশ লইতে হইবে। এবং তাহাতে বিস্কুটের গুঁড়া, সমুদায় লবণ, লব্ধা বাটা, জীরামরিচ বাটা ও সকল রকম গরম মসলার অর্দ্ধেক গুঁড়া এবং অর্দ্ধেক ভাজা পিয়াজ ভিন্ন সমুদায় পিয়াজ ভাজা এক সঙ্গে বেশ করিয়া চটকাইয়া মিশ্রিত করিতে হইবে। অনন্তর একখানি কন্ডার পাতায় অল্প গরম ঘূতের হাত আঁখাইয়া তাহাতে পৃথক্ পৃথক্ ভাবে এক একটা মাচে ঐ মসলাযুক্ত ডিম মাখাইয়া সাজাইয়া রাখিতে হইবে। এদিকে পিয়াজ ভাজার উদ্ধৃত মাখন বা ঘূতের অর্দ্ধেক লইয়া মাচভাজার অবশিষ্ট তৈলের সঙ্গে মিশ্রিত করিয়া জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহা বেশ গরম হইলে তাহাতে ঐ সাজান মংস্তগুলি ভাজিয়া নানাইতে হইবে। এখন অবশিষ্ট ঘূতে গরম মসলাগুলি আধ ভাজা করিয়া তাহাতে পূর্ব-রক্ষিত পিয়াজ ভাজা দিয়া পাক-পাত্রে বুর ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। যখন দেখিতে পাইবে যে, সমুদায় জল শুকাইয়া গা-মাখা গা-মাখা গোছের হইয়াছে, তখন তাহা লইয়া গরম থাকিতে থাকিতে আহার কর, দেখিতে পাইবে

মৎস্তের ফ্রাই কেমন রসনা তৃপ্তি-কর । যে-যে স্থানে তপস্তা মৎস্ত পাওয়া যায় না, তথায় অন্য মাচ এই নিয়মে ঠাক করিলে রন্ধন পারিপাটা বৃদ্ধিতে পারা বাইবে । কিন্তু তাহা ডিম-ওয়ালা তপস্তা মৎস্তের ন্যায় সমান আশ্বাসনের হইবে না ।

(১) বৈদ্য-শাস্ত্রের মতে মৎস্ত ডিমের গুণ যথা—শুক্লদ, শিথ, পুষ্টি-কর কফ-মেদ-প্রদ, বল্য, প্লানিবৃৎ এবং মেহ-নাশক ।

মাংসের কোষ্ঠা ।

মৎস্ত ও মাংস উভয় দ্রব্য দ্বারাষ্ট কোষ্ঠা প্রস্তুত হইয়া থাকে । ভিন্ন ভিন্ন দ্রব্য দ্বারা রন্ধন করিলে তাহার যে আশ্বাসন ও গুণের প্রভেদ হইয়া থাকে, তাহা বোধ হয় সকলেই সহজে বৃদ্ধিতে পারেন । কোষ্ঠা জ্বাহারে বেশ সুখাদ্য । এই খাদ্য-দ্রব্য রন্ধন নিয়ম জানা থাকিলে ভোক্তাগণ ইচ্ছানুসারে উহা প্রস্তুত করিয়া রসনার তৃপ্তি-নাশন করিতে পারেন । যে নিয়মে মাংসের কোষ্ঠা রাধিতে হয়, পাঠকবর্গ তাহা পাঠ করুন ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—হাড়-শূক কোমল মাংস এক সের, ঘৃত আধ সের, ডিম পাঁচটা, বেসম এক ছটাক, বিন্ধুটের গুড়া (১) একছটাক, পেস্তাবাটা দুই তোলা, বাদাম বাটা

(১) অভাবে ময়দা ও বেসম ।

ছুই তোলা, লঙ্কাবাটা ছুই তোলা, ধনে বাটা এক তোলা, ছোট এলাচের গুঁড়া চারি আনা, দারুচিনির গুঁড়া চারি আনা, পিয়ারবাটা আধ পোয়া, আদাবাটা ছুই তোলা হরিজাবাটা এক তোলা, লবণ তিন তোলা ।

কোষ্ঠার পক্ষে কোমল মাংসই প্রশস্ত । প্রথমে মাংস বেশ করিয়া স্নিসিক করিতে হইবে । স্নিসিক হইলে তাহা হামারদিস্তার কুটিয়া অথবা শিলে বাটিয়া উত্তমরূপে পেষণ করিতে হইবে । অনন্তর ঐ পেষিত মাংসে বাদাম ও পেস্তাবাটা এবং সমুদায় মসলাবাটা একসঙ্গে মিলাইতে হইবে ।

মসলাদি মিশান হইলে তিনটা ডিম ভাঙিয়া তাহার তরল অংশ ও বেসন ঐ মাংসে দিয়া উত্তমরূপে চট্কাইতে চট্কাইতে উহা কাদার ন্যায় অথচ আটাগ্নি মত হইয়া উঠিবে । এখন আধ পোয়া ঘৃত জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহার গাঁজা মরিয়া আসিলে তাহাতে মাংস দিয়া একখানি খুস্তি দ্বারা অনবরত নাড়িতে চাড়িতে হইবে । নাড়িতে নাড়িতে বধন ঈষৎ বাদামী রঙের হইয়া উঠিবে, তখন তাহা নামাইয়া এক একটা আমড়ার ন্যায় (ইচ্ছা হইলে অপেক্ষাকৃত ছোট অথবা বড়ও করিতে পারা যায়) গড়াইতে হইবে । সমুদায়গুলি গড়ান হইলে, পূর্বেকৃত অবশিষ্ট ডিম ভাঙিয়া তাহার তরলাংশে এক একটা মাংসের ঐ গোলক ডুবাইয়া বিস্কুটের পেষিত গুঁড়া মাসাইয়া গুহিতে হইবে । এদিকে একখানি কড়াতে অর-শিষ্ট সমুদায় ঘৃত জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহা পাকিয়া

আসিলে তাহাতে ঐ কোণ্ঠাগুলি ভাজিতে হইবে। বাদানী গোছের রঙ হইলে একখানি কাবুরা হাতায় করিয়া তুলিয়া পাত্ৰান্তরে রাখিতে হইবে। এইরূপ প্রস্তুত করা মাংসকে মাংসের কোণ্ঠা कहিয়া থাকে। কোণ্ঠা অন্ন গরম গরম আহার করাই ব্যবস্থা। শীতল হইলে আহারের পূর্বে পুনর্বার গরম করিয়া লওয়া উচিত। কোণ্ঠা ঠাণ্ডা হইলে শুভ স্বখাদ্য হয় না। মুসলমানদিগের দ্বারা এই খাদ্য প্রকাশিত হয়।

মামান্ন অবস্থাপন্ন ব্যক্তি সকল ঘূতের পরিবর্তে তৈল দ্বারা কোণ্ঠা ভাজিয়া থাকে, কিন্তু তাহা যে ভদ্রলোকের রসনায় আদরণীয় হয় না তাহা বলা বাহুল্য। তৈল-পক্ক মাংস কেবল যে, স্বখাদ্য নয় একপু নহে, তদ্বারা আবার নানা প্রকার পীড়া হইবার সম্ভব।

মাংসের গুল-কাবাব।

মাংসের গুল-কাবাব পাক করিতে হইলে তাহাতে আদৌ তেল ব্যবহার হয় না। অথচ অত্যন্ত স্বখাদ্য হইয়া থাকে। ভোক্তাগণ ইচ্ছা করিলে এই খাদ্য প্রস্তুত করিয়া আশ্বাদ গ্রহণ করিতে পারেন।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, পিয়াজ বাটা এক ছটাক, আদাবাটা এক তোলা, লঙ্কাবাটা এক তোলা, দধি আধ পোয়া, লবণ দুই তোলা, ধনেবাটা দুই তোলা, বড়

এলাচ গুঁড়া চারি আনা, ছোট এলাচ গুঁড়া দুই আনা, দারু-
চিনি গুঁড়া চারি আনা, লবঙ্গ গুঁড়া তিন আনা ।

হাড়-শুভ্র কোমল মাংস লইয়া একপভাবে খুরিতে হইবে
তাহা ঘেন ঠিক কাদার মত হইয়া উঠে । অনন্তর তাহাতে
দধি, আদাবাটা, পিরাজবাটা, লঙ্কাবাটা এবং লবণ মাখিয়া
খুব কেটাইতে হইবে । কেটাইতে কেটাইতে উহা অত্যন্ত
লপেট গোছের হইয়া আসিবে ।

এখন একটা পাক-পাত্রে সমুদায় ঘৃত জ্বালে চড়াও । এই
সময় একটা কথা মনে করিয়া রাখি আঁধার, অল্প পরিমাণ
ঘৃতে যে সকল দ্রব্যাদি ভাজিতে হইবে, ভাজিবার সময় যদি
চেতনা আকারের কোন পাক-পাত্রে করিয়া ঘৃত জ্বালে চড়ান
যায়, তাহা হইলে অল্প ঘৃতে ভাজিবার বেশ সুবিধা হয় । এক্ষণে
অনেক স্থানেই তাণ্ডয়ণ ব্যবহার হইয়া থাকে । ঘৃত পাকিয়া
আসিলে তাহাতে ঐ মসলা মিশ্রিত মাংস এক একটা বড়ার
আকারে স্থাপন কর এবং তাহাতে ঘন, এলাচ, দারুচিনি
(লবঙ্গের গুঁড়াও ঐ মাংসের উপর অল্পপরিমাণে) ছড়াইয়া
দিতে লইবে, এইরূপে দুই পীঠ উল্টাইয়া মসলার গুঁড়া
দিয়া ভাজিয়া লইতে হইবে । এই ভাজা মাংসের কাবাব
গরম গরম আহারে বেশ সুখাদ্য ।

কাবাব মির্জাফা ।

এই কাবাব রন্ধন-প্রণালী অতি সহজ এবং স্বস্বাদা ।

দ্রুত ও মনলা লাগিয়া থাকে। এজন্য সকল ব্যবহার
লোকেই উহা রন্ধন করিতে সমর্থ। অল্প বাদে বহিঃভাগ
মাংস আহারের ইচ্ছা করেন, তাহা হইলে নিজের
পাক করুন। উহাতে কোল আদৌ থাকে না।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সেল, দ্রুত
এক পোয়া, লঙ্কার গুঁড়া এক তোলা, লবণ দুই তোলা,
আদার রস এক চটাক, পিয়াজের রস দুই চটাক।

মাংসগুলিকে বড় বড় আকারে কুটিয়া লও এবং
তাহাতে আদা ও পিয়াজের রস মাখাইয়া এক ঘণ্টা
চাকিয়া রাখ।

অনন্তর ঢাকনি খুলিয়া এক একখানি মাংস ছুরি দ্বারা
করিয়া তাহার মধ্যে লবণ পুরিয়া দাও। এইরূপে কতক
পরিমাণ পুরিয়া অবশিষ্ট লবণ সমুদায় মাংসের
মাখাইয়া লও।

এখন এক একখানি মাংসে দ্রুত মাখাইয়া একটা
শলাকায় বিদ্ধ করিয়া আগুনের উপর ঘুরাইতে হইবে, যেন
একস্থানে অধিক তাপ লাগিয়া পুড়িয়া না উঠে। যখন
দেখা যাইবে, উহা অল্প অল্প লালচে রঙের হইয়াছে,
তখন তাহা ঐ শলাকা হইতে খুলিয়া রাখ। এইরূপে
সমুদায় মাংস অগ্নি-পক হইলে অবশিষ্ট দ্রুত একখানি
চেতলা পাক-পাত্রে জালে চড়াও এবং উহার গায়ে মটরী
আদিলে তাহাতে ভাজিতে থাকক। এই সময় লঙ্কার গুঁড়া

উহার উপর ছড়াইয়া দিয়া ভাজিয়া নামাও এবং গরম গরম থাকিতে আহার কর।

ডিমের নেপালী কাবাব।

মাংসের কাবাবের স্থায় ডিমের নানা প্রকার স্থখাদ্য কাবাব প্রস্তুত হইয়া থাকে। একবার আহার করিলে উহা আর ভোলা যায় না। একরূপ স্থখাদ্য দ্রব্যের পাকের নিয়ম জানা থাকিলে ইচ্ছামত প্রস্তুত করিয়া আহার করিতে পারা যায়। যে প্রণালী অনুসারে উহা পাক করিতে হয়, নিম্নে তাহার বিষয় লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—ডিম দশটা, হাড়-শুষ্ক মাংস এক পোয়া, স্বত্ব দেড় ছটাক, ছোট এলাচ বাটা দুই আনা, দারুচিনি বাটা এক আনা, লবঙ্গ বাটা দুই আনা, মরিচ বাটা চারি আনা, বাদাম বাটা এক তোলা, পিয়াজ বাটা এক তোলা, আদা বাটা এক তোলা, ধনে বাটা এক তোলা, দধি আধ পোয়া, ময়দা দুই তোলা, লবণ দেড় তোলা।

প্রথমে ডিমগুলি বেশ করিয়া পরিষ্কৃত জলে ধুইয়া লও। পরে তাহাতে একটা ছিদ্র করিয়া ভিতরের সমুদায় তরল পদার্থ একটা পাত্রে রাখ। এখন ধনে, আদা, বাদাম বাটা ও পিয়াজ ব্যতীত অর্ধেক লবণ ও সমুদায় বাটা মসলায় অর্ধেক তাহাতে উত্তমরূপ মিশ্রণও। সমুদায় মিশ্রিত হইলে

তাহা ঐ ডিমের খোলাতে পূর্বকৃত ছিদ্র-পথে পূর্ণ কর। এইরূপে সমুদায় ডিম পূর্ণ হইলে, ক্ষেই ছিদ্র ক্ষয়দার আঠা দ্বারা বন্ধ করিয়া গরম জলে সিদ্ধ কর। উহা শুষ্ক হইলে জাল হইতে নামাইয়া খোলা ভাঙিয়া এক একটা ডিম পৃথক করিয়া রাখ। মসলামিশ্রিত ডিমের তরলাংশ খোলার ভিতর পুরিলে যাহা উদ্ধৃত হইবে, উদ্ধার বড়া ভাঙিয়া লইলে চলিতে পারে। এখন ঐ ডিম এক একটা করিয়া শল্যবিদ করিয়া তাহার সর্বাঙ্গে ছিদ্র কর।

এদিকে মাংসগুলি খুরিয়া অবশিষ্ট মসলা মাখাইয়া ও অর্ধেক ঘূতে কালিয়া রাখার নিয়মানুসারে পাক করিয়া, তাহা একখানি পুরিকৃত নেকড়ার নিংড়াইয়া লও। এখন ঐ গাঢ় ঝোলে দধি, বাদামবাটা এবং আধতোলা ময়দা মিশাইয়া লও। এইরূপে সমুদায় মিশ্রান হইলে, একটা পাক-পাত্র জালে চড়াইয়া তাহাতে অবশিষ্ট ঘূতের অর্ধেক দিয়া লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া উহা সাতলাইয়া তপ্ত অঙ্গারের উপর রাখ। অনন্তর পূর্বপ্রস্তুত শলাকাবিদ ডিম তপ্ত অঙ্গারের উপর ঘূরাইতে থাক এবং মধ্যে মধ্যে অবশিষ্ট ঘূত ও ঝোল খাওয়ান হইলে নামাইয়া লও। অল্প গরম থাকিতে থাকিতে উহা আহার করিয়া দেখ, তোমার রসনার উহার কেমন আদর।

মৌখিক-খাদ্য-পাক ।

ফুলকপি রোস্ট ।

ফুল কপির রোস্ট, বেশ সুখাদ্য । আমরা দেখিয়াছি সকল স্থানে উহা একরূপ নিয়মে পাক হয় না । আমরা নিশ্চয় বলিতে পারি, লিখিতরূপ নিয়মে রোস্ট করিলে উহা সকলেরই রসনার আদরণীয় হইবে ।

ফুলের প্রথম অবস্থা অর্থাৎ উহা যে সময় ফুটিয়া ছড়াইয়া না পড়ে এবং উহার উপর এক প্রকার কাল দাগ না হয়, সেই অবস্থার ফুলট উত্তম সুখাদ্য ।

প্রথমে গোটা ফুলট লইয়া তারের মধ্যে যে এক একটি পৃথক পৃথক পাপড়ি আছে, সেই পৃথক পৃথক অংশ কাটিয়া লও । অত্যন্ত কুচি কুচি করিলে ভাল হয় না, একটা মোটা মোটাত্তাবে ছাড়াইয়া লইয়া তাহার বোটার দিক ফুলের গোড়া পর্য্যন্ত চিরিয়া দাও । কিন্তু উহা যেন ফুলের সহিত পৃথক হইয়া না পড়ে । এখন তাহা পরিষ্কৃত জলে সামান্যরূপ ধুইয়া লও । এদিকে একটী পাক-পাত্রে মাখন বা ঘৃত জ্বালে চড়াও । ঘৃত অপেক্ষা মাখন দ্বারা পাকে বেশ সুখাদ্য হইয়া থাকে । সঙ্গতি-হীন ব্যক্তিগণ স্বতের অভাবে তৈল দ্বারা রোস্ট করিতে পারেন, কিন্তু তাহা তত সুখাদ্য হইবে না । ফ্রান্সবাসীরা প্রথমে কপিগুলি গরম জলের ভাবে কিঞ্চিৎ সিদ্ধ করিয়া পরে লিখিতরূপ নিয়মে রোস্ট করিয়া থাকেন ।

যখন দেখিবে মাখন বা ঘৃত পাকিয়া আসিয়াছে, তখন

তাহাতে ধোঁত কপিগুলি অল্প অল্প পরিমাণ ছাড়িয়া দাও ।
এহলে একটা কথা মনে রাখা আবশ্যিক—অন্যান্য তরকারীর
ভাজির জ্বায় এককালে মাখন বা ঘৃত চাপাইয়া সমুদায় তরকারী
একেবারে পাক চলিবে না । কোন চেষ্টা লাগিলে অল্প পরি-
মাণ ঘৃত চড়াও এবং তাহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে সম্ভব-
মত কপি ছাড়িয়া দিয়া মুহূর্ত্ত জলে পাক কর এবং মধ্যে মধ্যে
সামান্যরূপ জলের ছিটা দিয়া উন্টাইয়া দাও । এইরূপভাবে
অল্পক্ষণ জলে থাকিলে দেখিতে পাইবে, উহা উত্তমরূপ সিদ্ধ
হইয়াছে অর্থাৎ খুন্সি বা কাটি দ্বারা অল্পমাত্র চাপিয়া ধরিলেই
গলিয়া আসিবে । এইরূপ অবস্থায় উহা পাক-পাত্র হইতে
তুলিয়া লও ; লিখিত নিয়মে সমুদায় কপিগুলি পাক হইলে অল্প
পরিমাণ গরম মাখন বা ঘৃতে লবণ ও ছোট এলাচের গুঁড়া
গুলিয়া ঐ কপিতে মাখাইয়া আহার করিয়া দেখ, ফুল কপি
রোষ্ট কেমন উপাদেয় এবং উহার আশ্বাদন কেমন মধুর ।
চাট্কা ফুল হইলেই আশ্বাদন ভাল হইয়া থাকে ।

মটন চপ্ সহজ-পদ্ধতি ।

এই খাদ্যটি ইয়ুরোপে অত্যন্ত আদরের সহিত ব্যবহার
হইয়া থাকে । ইংরাজি আহারে বাহার্য ভক্ত, আজকাল
ভাঙ্গাদিগের রসনাও মটন চপের নামে নৃত্য করিতে দেখিতে
পাওয়া যায় । বাস্তবিক মটন চপ্ এক প্রকার অখাদ্য এবং

পুষ্টিকর দ্রব্য। চপ্ সকল প্রকার মাংস দ্বারাই প্রস্তুত হইতে পারে। কোন কোন মৎস্যেরও চপ্ হইয়া থাকে। কিন্তু সকল প্রকার মাংস অপেক্ষা মটনই উৎকৃষ্ট। মটন অর্থাৎ মেঘ মাংস চপের প্রধান উপযোগী, তাহার কারণ এই যে, উহা অত্যন্ত কোমল এবং তৈলাক্ত, সহজেই সিন্ধু হয়, আর আহারে এক প্রকার উপাদেয়তা অনুভূত হইয়া থাকে। সকল মেঘের মাংস তত সুখাদ্য নহে। মেঘের মধ্যে দুই-মেঘই অতি সুখাদ্য। যে সকল মেঘের উত্তম মাংস হইয়া থাকে, তাহা দিগের খাদ্যবানে কেবলমাত্র ঘাসের উপর নির্ভর করিলে চলে না। প্রতিদিন উহাদিগকে ঘাস বাতীত দান (খেসারি, কড়াই) আহার করাইতে এবং মধ্যে মধ্যে বিট লবণ প্রভৃতি দানার সহিত মিশাইয়া দিতে হয়। সাধারণ মেঘ যে মূল্যে বিক্রয় হইয়া থাকে, দানা-ভোজী মেঘের মূল্য তাহার অপেক্ষা অনেক অধিক। কিছু দিন দানা আহার করিলে তাহার মাংস অত্যন্ত থকথকে এবং কোমল হয়। আহারের সময় উহা ছিবড়া ছিবড়া হয় না। চিবাইলে মুখে মিলাইয়া যায় ও ভাঙা হইতে এক প্রকার তৈলাক্ত পদার্থ বাহির হইতে থাকে এবং এক প্রকার অতি চমৎকার আবাদন হয়।

যে সকল ব্যক্তির মটন আহার করা অভ্যাস নাই কিম্বা উদরবদন প্রভৃতি পেটের পীড়া আছে, তাহাদিগের পক্ষে মটন চপ্ অপকারী। মটন চপ্ রন্ধন অতি সহজ এবং নানান্য ব্যয়-সাধ্য। তবে পাকের একটু নিপুণতা থাকিলে ভাল হয়।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মেঘ মাংস এক সের, গিয়াজের রস দেড় পোরা, আদার রস এক পোরা, লবণ দুই ভোলা, ছোট এলাচ চারি আনা, গোল মরিচ ছয় আনা, মাখন বা ঘৃত (১) আধ সের ।

যে কোন জন্তুর মাংসেই যে চপ্ প্রস্তুত হইতে পারে, তাহা পূর্কেই উল্লেখ করা হইয়াছে কিন্তু সকল অংশের মাংস দ্বারা ভিলরূপ চপ্ হয় না । দাবনার মাংসই চপের পক্ষে প্রধান মনে রাখিতে হইবে । কারণ দানা-ভোজী মেঘের দাবনার মাংস অত্যন্ত পৃথক্ এবং অধিক পরিমাণে সঞ্চিত হওয়াতে বোধ হয় ঐ স্থানে যেন এক খণ্ড স্বতন্ত্র মাংস বর্তমান থাকে । চপে হাড় ব্যবহার না করিয়া দাবনা হইতে সেই মাংস খণ্ড পৃথক করিয়া লইতে হইবে । এবং তাহা চৌকা ধরণে কাটিয়া তাহার এক পীঠ ছুরী দ্বারা পাতলা ভাবে থুরিতে হইবে । উহা একপভাবে থুরিতে হইবে যেন মাংস পৃথক্ পৃথক্ খণ্ড খণ্ড হইয়া না পড়ে । অর্থাৎ সমুদায় দাবনার কঠিত চৌকা মাংসখণ্ড একত্র থাকিবে অগ্ৰচ উত্তমরূপে থোরা হইবে ।

এখন ঐ থুরিত মাংসে আদা ও গিয়াজের রস উত্তমরূপে মাখাইয়া দুই তিন ঘণ্টা পর্য্যন্ত ঢাকিয়া রাখিতে হইবে ।

(১) ঘৃত অপেক্ষা মাখন দ্বারা পাক করিলে আশ্চর্যজনক ভাল হয় ।

অনন্তর ঢাকনি খুলিয়া মাংস বাহির করিয়া তাহা রাধি-
বার ব্যবস্থা করিতে হইবে। চপ্ রাধিবার পক্ষে চেতলা
পাত্র হইলেই ভাল হয়। কারণ উহা একেবারে অধিক ঘৃতাদি
দিয়া বেশী পরিমাণে এক সঙ্গে রাধিবার নিয়ম নহে। একত্র
চাটু কিয়া সেইরূপ আকারের কোন পাত্র জ্বালে চড়াইয়া
তাহাতে মাখন বা ঘৃত অল্প পরিমাণে ঢালিয়া দিতে হইবে
এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে একখানি বা দুই খানি
(পাক-পাত্রেই আকারানুসারে) মাংস স্থাপন করিতে হইবে।
চপ্-পাকের পক্ষে মুছ তাপই প্রশস্ত। পুকের সময় একটা
বিষয়ে বিশেষরূপ নন রাখিতে হয় অর্থাৎ সর্বদাই উহা
উন্টাইয়া দিতে হয় এবং মধ্যে মধ্যে কাঁচা জলের ছিটা, কিঞ্চিৎ
কিঞ্চিৎ রস (পিঁপাজ ও আদার যে রসে নাখান ভিজাইয়া
রাখা হইয়াছিল, সেই উত্তর রস) উহাতে খাওয়াইতে ও
উন্টাইতে হইবে। মধ্যে মধ্যে ঐ জল ও রস দিলে উহা
সিদ্ধ হওয়ার পক্ষে সাহায্য হইয়া থাকে এবং মাংস পুড়িয়া
উঠে না। অনন্তর যখন উহার বাদামী ধরণের রঙ দেখা যাইবে,
তখন তাহা নামাইয়া উনানের নিকট গরম স্থানে ঢাকিয়া
রাখিতে হইবে। লিখিত নিয়মে সমুদায় মাংসখণ্ডগুলি রাধা
হইলে তুলিয়া লইতে হইবে।

এখন সমুদায় লবণ এবং এলাচ ও মরিচের গুড়া আবশ্যক-
মত যত কা মাখনে গুলিয়া ঐ মাংসে মাখাইয়া আহার করি-
লেই মটন চপের আশ্বাদন বুঝিতে পারিবে।

মটন চণ্ রন্ধনের ভিন্ন ভিন্ন নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। যে নিয়মটা লিখিত হইল তাহা অতি সহজ। মটন চণ্ একপ্রকার ভাজা মাংস বলিলেও বড় দোষ হয় না। তবে রুচিভেদে উহার সমধিক আদর দেখিতে পাওয়া যায়। মেঘ-মাংস হিন্দুমতে ভক্ষণ নিষিদ্ধ নহে।

বৈদ্য-শাস্ত্রমতে মেঘমাংসের গুণ [১] মধুর, শীতল, বল-কারক এবং গুরুপাক।

কাঁকড়া ফ্রাই।

কাঁকড়া বুলিশে সমুদ্রের কাঁকড়াই বুঝিয়া লইতে হইবে। কারণ এত্রেণে পুষ্করিণী প্রভৃতিতে যে এক প্রকার কাঁকড়া জন্মিয়া থাকে, তাহাতে স্নাত বা তৈলবৎ পুষ্টি-কর পদার্থ এবং শাস অতি অল্পই থাকে সুতরাং তাহা আহাৰ না করাই ভাল। সাগর কাঁকড়ার আকার অতি বৃহৎ এমন কি কখন কখন ছোট ছোট কচ্ছপের মত দেখা যায়। সাগর কাঁকড়ার মধ্যেও আবার স্ত্রী পুরুষ দুইটী আতি আছে; সচরাচর উহা-দিগকে মেদী ও মদা কাঁকড়া কহিয়া থাকে। মদা বা পুরুষ আতিয় কাঁকড়ার আকার বড়, দাড়ী বড়, তাহা অত্যন্ত মোটা,

[১] মাংসঃ মধুরশীতলং গুরু বৃহৎ মাংসিকং। ইতি চরকঃ।

কিন্তু তাহাতে ঘৃত থাকে না। স্নতরাং উহা তত স্খাদ্যও নহে। মেদি কাঁকড়ায় অভ্যস্ত ঘৃত থাকে, এজন্য তদ্বারা উত্তমরূপ খাদ্য দ্রব্য প্রস্তুত হয়।

এক্কে মেদি কাঁকড়াগুলি বাছিয়া লইয়া তাহার পেটের নীচের যে একখানি চাকুতি আছে, তাহা ফেলিয়া দিতে হইবে। আর উপরের আবরণ অর্থাৎ খোলার কিনারার নিম্ন-দিকের ঠিক মধ্যস্থলে (অর্থাৎ যে দিকে দাড়ি সংলগ্ন থাকে না) তথায় একটি গোলাকার ছিদ্র করিয়া তন্মধ্যস্থ মসলা বাহির করিয়া ফেলিয়া দিতে হইবে। কারণ তাহা ফেলিয়া না দিলে আহারের সময় অতি বিষাদ বোধ হইবে।

এক্কে ঐ কাঁকড়া বেশ করিয়া আস্তে আস্তে ধুইয়া তাহার দাড়ির একটি একটি আঘাত দ্বারা কাটাইয়া লইতে হইবে। অথচ দাড়ি সনেত সমুদায় কাঁকড়াটি গোটা থাকিবে। কাটাইয়া লইবার কারণ এই যে, না কাটাইলে তাহার মধ্যে মসলা এবং লবণ প্রভৃতি কিছুই প্রবেশ করিতে পারিবে না। স্নতরাং মসলাদি সংযোগ না হইলে উহার আশ্বাদন উত্তমরূপ হইবে না।

লিখিত নিয়মে কাঁকড়া প্রস্তুত করিয়া পরিমাণমত হরিদ্রা বাটা, লবঙ্গ বাটা, জীরা মরিচ বাটা, আদা বাটা এবং কচি অন্ধ্র-সারে পিয়াজ বাটা, এক সঙ্গে মিশাইয়া কাঁকড়ার সমস্ত গায়ে এবং ভিতর হইতে যে পথে মসলা বাহির করিয়া লওয়া হইয়াছে, তাহার মধ্যে উহা পুরিয়া দিয়া খাটি সরিষার তৈলে

ভাজিয়া লইলেই কাঁকড়া ফুঁই হইল। কিন্তু ভাজা ছাঁকা তৈলে না হইলে ভাল হয় না।

এহলে আমাদের দুই একটা বক্তব্য আছে অর্থাৎ অত্যন্ত দ্রব্যপাকের নিয়মের ভায়া আমরা ইহাতে মসলা প্রভৃতির কোন-রূপ পরিমাণ উল্লেখ করিলাম না। তাহার কারণ এই উহা একটু লবণ ও ঝাল খর খর হইলে, অনেকের জিহ্বায় আদর পাইয়া থাকে। সুতরাং আমরা রাখিবার নিয়ম লিখিলাম, ভোক্তা-গণ মসলাদির পরিমাণ ইচ্ছানুসারে অল্প বা অধিক স্থির করিয়া লইতে পারিবেন। আর একটা কথা এই;—বৃত্ত অপেক্ষা খাঁটি সরিষার তৈলে উহা ভাজিলে আহারে স্বথান্য বোধ হয়। কারণ তৈলে আসটিয়া গন্ধ নষ্ট করিয়া থাকে।

আমাশের প্রভৃতি উদরাময় রোগে কাঁকড়া ভক্ষণ একে-বারেই নিষিদ্ধ। কাঁকড়া অত্যন্ত পুষ্টি-কর। পরিপাক করিতে পারিলে মাংশের ভায়া উহা দ্বারা শরীরের উপকার হইয়া থাকে।

কাঁকড়া দ্বারা অনেক প্রকার সুখাদ্য দ্রব্য পাক হইয়া থাকে।

বৈদ্য-শাস্ত্রমতে কাঁকড়ার গুণ (১) বিরেচক, ভগ্ন-অঙ্গ-বোগ-কারক, বায়ু-পিত্ত-নাশক, বল-কারক এবং দ্রব্য উষ্ণ।

(১) সুষুপ্তি জ্বরঃ ভগ্ন-সহ্যাত্বঃ বায়ু-পিত্ত-নাশিত্বকঃ।

বল-কারিত্বঃ দ্রব্য উষ্ণঃ। ইতি রাজনির্ব্যক্তিঃ।

মৎস্ত ও মাংসের শিক ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মৎস্ত বা মাংস এক সেব, লবণ দেড় তোলা, হরিদ্রা বাটা সওয়া তোলা, ধনে বাটা পাঁচ তোলা, গোল মরিচ বাটা দুই তোলা, রাধুনী বাটা সওয়া তোলা, লবঙ্গ বাটা বার আনা, জীরা বাটা আধ তোলা, ভেঙ্গ পাতা বাটা আধ তোলা, লঙ্কা বাটা (১) সওয়া তোলা, হিঙ (২) দেড় আনা, ঘৃত আধ সেব, দধি চারি তোলা (৩) তণ্ডুল বাটা এক পোরা সওয়া তোলা ।

মৎস্তের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে, শোল, চিতল ও রোহিত মৎস্তই তৎকার্যের বিশেষ উপযোগী । রোহিত ও চিতল ইত্যাদি মৎস্তের কোমল কোল অর্থাৎ তৈলাক্ত কোমল অংশ শিক প্রস্তুতে ব্যবহৃত হয় না ।

সর্বপ্রকার খাদ্যজাত মৎসমায়েই শিক প্রস্তুত হইতে পারে ।

মাংস কি মৎস্তের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে মৎস্ত কি মাংসগুলি কাটিয়া উত্তমরূপে জলে ধোত করতঃ পরে একপে নিম্নীড়িত করিতে হইবে যে, উহার মধ্যে যেন বিন্দুমাত্রও

(১) ভোক্তাগণ ইচ্ছানুসারে লঙ্কার পরিমাণ অল্প বা অধিক করিতে পারেন ।

(২) হিঙ ইচ্ছা করিলে না দিতেও পারেন ।

(৩) মৎস্তের শিকে দধি অনুবশতক ।

জল থাকিতে না পারে। মংস্তের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে মংস্তগু উত্তমরূপে পেষণ করতঃ কণ্টকগুলি বাছিয়া লইতে হইবে। কিন্তু চিতল মংস্যের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে মংস্ত-ভাগ ভীক্ষধার ছুরি দ্বারা টাচিয়া কণ্টক ছাড়াইয়া লইতে হইবে। উহা তেমন পেষণ করিবার প্রয়োজন হয় না, কারণ চিতল মংস্তের মধ্যে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র অনেক কণ্টক থাকে; পেষণ করিতে গেলে পেষিত মংস্তের মধ্যে কণ্টকগুলি থাকিয়া যায়; ছুরি দ্বারা টাচিয়া লইলে আর কণ্টক থাকে না। মংস্তগুলি একটু দোরস (অর্থাৎ পড়া কিন্তু যে রূপ শড়া অথাদ্য সেরূপ নহে) হইলে ছুরি দ্বারা ছাড়াইয়া লইতে সুবিধা হয়। মাংসের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে মাংস হইতে উহার মধ্য-বক (পরদা) ও হাড় বাহির করিয়া উত্তমরূপে পেষণ করিতে হইবে।

মংস্যগুলির কণ্টক ছাড়াইয়া লইয়া এবং মাংসগুলি পেষণ করিবার পর উল্লিখিত পরিমাণমত লইয়া ভাতাতে পূর্ণ-লিখিত উপকরণ সকলের মধ্যে ঘৃতমাত্র একতোলা ও অন্যান্য সমস্ত উপকরণগুলি মংস্তের কি মাংসের সহিত মিশাও। যখন দেখিবে উত্তমরূপে মিশিয়া গিয়াছে, তখন ঐ মিশ্রিত পদার্থকে অর্দ্ধ হস্ত পরিমিত লদ্বা ও ৩৯ সাড়ে ছয় ইঞ্চি পরিধি পরিমিত স্থল করিয়া কতকগুলি দণ্ডরূপে নিশ্চিত কর। ঐ দণ্ড প্রস্তুত করিবার অবসরে জল উষ্ণ হইতে পারে, এমন একটা পাক-পাত্র জল সহ পূর্বেই উনানে চড়াইয়া রাখ।

দণ্ডগুলি প্রস্তুত হইলে পরে, ঐ জল যখন কুটিতে থাকিবে, তখন ঐ দণ্ডগুলি আস্তে আস্তে তাহাতে ছাড়িয়া দিয়া অপর একটা পাত্র দ্বারা পাক-পাত্রেয় মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। যদি ইহা মংস্ত্রের শিক হয় তবে অর্দ্ধ ঘণ্টা আর মাংসের শিক হইলে দেড় ঘণ্টা কাল জলে ঐ দণ্ডগুলি সিদ্ধ করিতে হইবে। নিরুপিত কাল অতীত হইলে নামাইয়া শীতল হওয়া পর্য্যন্ত অপেক্ষা কর। এই অবস্থার দণ্ডগুলিকে দুই তিন দিন পর্য্যন্ত রাখা বাইতে পারে, কখনও নষ্ট হয় না। শীতল হইলে দণ্ডগুলিকে এক অঙ্গুলি পুরু করিয়া ছুরী দ্বারা কাটিয়া লও। পরে আধসের স্বতের যাহা অবশিষ্ট রহিয়াছে, তাহা জ্বালে চড়াইয়া বেশ পাকিয়া আসিলে, তাহাতে ঐ সকল কর্তিত খণ্ড ছাড়িয়া দিয়া মুহূর্ত্তাপে বাদামী রঙ ধূরা পর্য্যন্ত ভাজিয়া নামাইয়া ভাল ঘৃত কি মাখনের মধ্যে ডুবাইয়া রাখ। ঈষৎক্ষণ থাকিতে তুলিয়া আহ্বার করিয়া দেখ, উহার কি সুখ-মুগ্ধ আনন্দ।

মংস্ত্রের গুল্‌গুলি তৈয়ার করিবার প্রণালী ও উপকরণ প্রায় একই রকম, তবে যে সামান্য সামান্য বিভিন্নতা আছে তাহারও বিবরণ এস্থলে লিখিত হইল।

মংস্ত্রের মধ্যে চিত্তল মংস্ত্রের গুল্‌গুলিই উত্তম। উহা প্রস্তুত করিতে হইলে পূর্ব্ববৎ ছুরী দ্বারা মংস্ত্র কটক হইতে বিভিন্ন করিয়া লইতে হইবে।

যে সকল উপকরণ শিফ প্রস্তুতের জন্য উল্লেখ করা

হইয়াছে, ইহাতেও ঠিক সেই সকল জব্য সেই পরিমাণে আব-
শ্যক করে। একটুক-শূন্য মৎস্তের সহিত উল্লিখিত পরিমাণের
জ্বিন্য সকল মিশ্রিত করিয়া বেশ করিয়া ছানিয়া লও।
পরে সুপারির মত গোলাকার করিয়া পিণ্ড প্রস্তুত কর।
তৎপরে অবশিষ্ট দ্রুতে মৃহতাপে বাদামী রঙ ধরা পর্য্যন্ত
ভাজিয়া ঘৃত বা মাখনের মধ্যে ডুবাইয়া রাখ। ঈষদ্বক্ষ
থাকিতে আহার করিয়া দেখে উহার কি মুখ-তৃপ্তি-কর
আশ্বাদ।

শিকের ঝোল প্রস্তুত করিতে হইলে সিদ্ধ করা মৎস্ত
বা মাংসের দণ্ডগুলি এক অঙ্গুলি পরিমাণ পুরু করিয়া ছোট
ছোট চৌকা ধরণে কাটিয়া লও। এদিকে একটা পাত্রে
এক পোয়া ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া রাখ। যে সকল উপকরণ
প্রথমে শিকের সহিত মিশ্রিত করিয়াছ, তাহার মধ্যে
হিঙ, দধি ও ভড়ন-বাটা ব্যতীত অগ্ন্যন্ত সকল উপকর-
ণেরই অর্দ্ধেক পরিমাণ লইয়া জ্বলের সহিত ভালরূপে
মিশ্রিত কর। এদিকে ঘৃত যখন গাঁজা মরিয়া পাকিয়া
আসিবে, তখন তাহাতে পাঁচফোড়ন ছাড়িয়া দাও। পাঁচ-
ফোড়নগুলি ভাজা হইলে উল্লিখিত মসলামিশ্রিত জল
তাহাতে ঢালিয়া দিয়া জ্বাল দিতে থাক। যখন ঐ জল ফুটিতে
থাকিবে, তখন তাহাতে মৎস্ত কি মাংসের ঐ চতুর্দশ
খণ্ডগুলি ছাড়িয়া দিয়া ২০ কি ২৫ মিনিট পর্য্যন্ত জ্বলে
রাখ। পরে এক তোলা পরিমিত পিটালী অতি অল্প

জলের সহিত গুলিয়া ঝোলে ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া, এক ছটাক, ভাল ঘৃত দিয়া আবার একটু নাড়িয়া ঢাকিয়া রাখিয়া দাও। ঈষৎ থাকিতে আহার করিয়া দেখিও, উহার স্বাদ কখনও ভুলিতে পারিবে না।

মাংসের ইহুদী কাবার বা কোব্বা ।

এই কাবার বা কোব্বা বেশ সুখাদ্য। ইহুদীদিগের মধ্যেই উহার সমধিক প্রচলন। ইহুদী কোব্বা প্রস্তুত করিতে হইলে বায়-সাধ্য দ্রব্যাদি কিছু লাগে না। সামান্য মসলা দ্বারা উহা প্রস্তুত হইয়া থাকে। সাধারণের অবগতির জন্য এই রন্ধন-প্রণালী লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, পিয়াজ বাটা তিন তোলা, রসুন বাটা দুই তোলা, লঙ্কাবাটা এক তোলা, ছোট এগাঁচ বাটা চারি ঞ্চনা, দারুচিনি বাটা ছয় আনা, ঘৃত এক ছটাক, লবণ তিন তোলা।

ইহুদী কোব্বার পক্ষে হাড়-শূন্য কোমল মাংসই প্রশস্ত। মাংস যত কোমল হয়, উহা ততই সুসিদ্ধ ও সুখাদ্য হইয়া থাকে। এজন্য ইহুদী জাতি মুরগী এবং হালোয়ানের মাংস দ্বারাই প্রায় উহা প্রস্তুত করিয়া থাকেন। ছাগাদির মাংস দ্বারাও উহা পাক হইতে পারে, কিন্তু কোমল মাংস সংগ্রহ করিতে বিশেষরূপ চেষ্টা পাওয়া উচিত।

প্রথমে মাংসগুলির হাড় বাছিয়া কেবলমাত্র মাংস লইলেই ভাল হয়। উহা আবার ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র অংশে কটকট করিয়া লইতে হয়। ফলতঃ ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র মাংসখণ্ডই ইচ্ছা কামাবের পক্ষে সম্পূর্ণ উপযুক্ত।

লিখিতরূপ ক্রান্তিত মাংসে সমুদায় বাটা মসলা দিয়া এবং লবণ, স্বত প্রভৃতি নমস্ত উপকরণ লইয়া উত্তমরূপে চটকাইয়া রাখিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে, বেশ মাখান হইয়াছে, তখন তাহা অন্য একটি পাত্র দ্বারা অন্ততঃ তিন ঘণ্টাকাল ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

অনন্তর একখানি সরাতে মসলা মাখান ঐ মাংস তুলিয়া একখানি টুয়ালে, ব্লাডন অথবা মোটা গোছের নেকড়ার উপর মাংস সমেত ঐ সরাখানি উপুড় করিয়া তাহার উণ্টা পাঠে টানিয়া গাইট দিয়া রাখিতে হইবে।

সরাতে মাংস বাঁধিবার পূর্বে একটি বড় হাঁড়িতে আধ হাঁড়ি জল দিয়া জ্বলে বসাইতে হইবে এবং তাহার উপর ঐ সরাখানি উপুড় করা ভাবেই (অর্থাৎ মাংস বেন হাঁড়ির ভিতর দিকে থাকে এইরূপে) স্থাপন করিতে হইবে। পরে ময়দা অথবা এটেল মাটি দ্বারা হাঁড়ির মুখের চারিদিক অর্থাৎ ঘোড়-মুখ উত্তমরূপে আঁটিয়া দিতে হইবে।

লিখিতরূপ নিয়মে আগুনের অগ্নি অনুসারে অন্ততঃ তিন ঘণ্টাকাল হাঁড়িটা জ্বাগে রাখিতে হইবে। কচি পাঠা অথবা অল্প কোন রকম কোমল মাংস হইলে এই সময়

মধ্যে অতি উত্তম সুসিদ্ধ হইয়া আনিবে । হাঁড়ির ভিতরের উষ্ণ জলের বাষ্পে (ভাপে) মাংস সুসিদ্ধ হইবে এবং মসলাদি তাহার গায়ে লাগিয়া প্রত্যেক মাংসখণ্ড অতি চমৎকার আশ্বাদনের হইয়া উঠিবে । অনন্তর আল হইতে হাঁড়িটা নামাইয়া রাখিতে হইবে এবং হাঁড়ির গায়ে হাত দিলে যখন অধিক গরম বোধ না হইবে, অর্থাৎ অনারাসেই হাত সহ হইবে, তখন হাঁড়ির যোড়-মুখ খুলিয়া সরাসানি তুলিয়া লইয়া বন্ধনবস্ত্র খুলিয়া ফেলিতে হইবে । অনন্তর ঐ মাংস জ্বলন্ত গরম থাকিতে থাকিতে আঁটার করিয়া দেখ, ইহদী কোঝা কেমন খাদ্য । কুচি অল্পসারে এই খাদ্যের সূখ্যাতি শুনিতে পাওয়া যায় । ভোজাগণ একবার উহা গরীক করিলেই বুঝিতে পারিবেন, বাস্তবিক ইহদী কোঝা সুখাদ্য কি না ।

তপস্যা মাছের ইহদী লবাদান ।

ইহদীদিগের মধ্যে তপস্যা মাছের লবাদানের বিশেষ আদর দেখিতে পাওয়া যায় । বাস্তবিক এই লবাদান মথার্থই রসনার প্রলোভনীয় । যিনি একবার উহার আশ্বাদন ভোগ করিয়াছেন, তিনি আর কস্মিনকালেও তাহা ভুলিতে পারেন কি না সন্দেহ । যে নিয়মে এই সুখাদ্য বাঞ্ছন রন্ধন করিতে হয়, তাহার আত্মপূর্বক বৃত্তান্ত নিম্নে লিখিত হইতেছে ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—তপস্তা মৎস্ত (১) এক
সের, আলু আধ সের, আম্র খণ্ড (কাঁচা) আধ পোয়া, চিনি
এক ছটাক, পিয়াজ কুটি আধ পোয়া, আদা বাটা এক
তোলা, ধনে বাটা দুই তোলা, হরিদ্রাবাটা এক তোলা,
জীরা মরিচ বাটা এক তোলা, ছোট এলাচের দানা চারি
আনা, লবঙ্গ চারি আনা, দারুচিনি চারি আনা, শুত এক
ছটাক, তৈল এক পোয়া, লবণ সাড়ে পাঁচ তোলা ।

• লবাদানের পক্ষে বড় বড় আকারের ডিমযুক্ত মাচ হই-
লেই ভাল হয় । প্রথমে মাচগুলি কুটিয়া বাড়িয়া লইতে
হইবে । মাচ কুটিয়া ছোট ছোট না করিয়া আস্ত আস্ত
মাচ বাড়িয়া রাখিতে হইবে । মাচ বাছা হইলে তাহাতে
সাড়ে তিন তোলা লবণ মাখাইয়া দ্বিৎ উকললে উত্তম-
রূপে (বেশী জলে) ধুইয়া লইলে তাহাতে মাচের আস্টিয়া
গন্ধ নষ্ট হইয়া থাকে । এখন এই ধোঁত মাচে হরিদ্রাবাটা
মাখিয়া লইতে হইবে ।

এদিকে একখানি কড়াতে সমুদায় তৈল জ্বালাইয়া
পাকাইয়া লইতে হইবে । উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে
অর্দ্ধেক পিয়াজ ভাজিয়া তুলিয়া রাখিতে হইবে । এখন
ঐ তৈলে আলুগুলি ছাড়িয়া দিয়া দ্বিৎ বাদামী ধরণের

(২) বড় বড় এবং ডিমওয়ালা অথচ টাটকা হওয়া
আবশ্যক ।

হইলে তুলিয়া পাত্রান্তরে রাখিতে হইবে। পরে নৈই তৈলে ধৌত মৎস্তগুলি ভাজিয়া লইতে হইবে। ভাজিবার সময় একপু নিয়মে ভাজিতে হইবে, উহা যেন ভাজিয়া চুরিয়া না যায় এবং চুইয়া না আইসে। লিখিত নিয়মে মাচ ভাজা হইলে তাহাও তুলিয়া অল্প পাত্রে রাখিতে হইবে। মাচ ভাজা হইলে কে অবশিষ্ট তৈল থাকিবে, তাহা এই ব্যঞ্জনে ব্যবহার না করিয়া তদ্বারা অল্প ভরকারী পাক করিলে ভাল হয়। কারণ ঐ পোড়া তৈলে রন্ধন করিলে ব্যঞ্জনের আশ্বাদ মন্দ হইয়া থাকে।

এদিকে একটা পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে অর্দ্ধেক ঘৃত ঢালিয়া দাও; এবং উহা শ্বাকিয়া আসিলে তাহাতে অবশিষ্ট পিয়াজ ভাজিয়া তুলিয়া রাখ। এখন সেই ঘৃতে অর্দ্ধেক এণাচের দানা, অর্দ্ধেক দারুচিনির কুচি এবং অর্দ্ধেক লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া নাড়িতে থাক। যখন দেখা যাইবে বাদামী রঙ হইয়াছে, তখন তাহাতে আদা বাটা, যেন বাটা দিয়া নাড়িতে আরম্ভ কর, এবং উহার এক উকার স্নগন্ধ বাহির হইলে তাহাতে আম গোলা ও জল ঢালিয়া দিতে হইবে।

লবাদানের উপযুক্ত আম প্রস্তুত করিতে হইলে প্রথমে আমগুলির খোসা ছাড়াইয়া ধুও ধুও করিতে হইবে। পরে তাহাতে চুণ মাখাইয়া অন্ততঃ এক ঘণ্টা কাল তিজাইয়া রাখিতে হইবে। এক ঘণ্টা পরে পরিষ্কৃত জলে উহা উত্তমরূপে

খুইয়া ফেলিতে হইবে। বেশ করিয়া ধৌত হইলে তখন তাহা
কলে সিদ্ধ করিতে হইবে এবং সুসিদ্ধ হইলে তাহা জল হইতে
নামাইয়া চট্কাইয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লইতে হইবে। এইরূপ
করিলেই আত্র ব্যঞ্জে ব্যবহার করিবার ঠিক উপযুক্ত হইল।
এখন এই আম গৌলা পাক-পাত্রে ঢালিয়া দিয়া তাহার মুখ
ঢাকিয়া রাখিতে হইবে এবং যখন দেখা যাইত যে কোল খুব
ফুটিতেছে, তখন পাক-পাত্রে মুখ খুলিয়া তাহাতে ভাজা
মাচি ও আলুগুলি ঢালিয়া দিতে হইবে। উহা ঢালিয়া
দিয়া আবার পাক-পাত্রে মুখ ঢাকিয়া রাখা আবশ্যক।
অল্পক্ষণ পরে পুনর্ব্বার পাক-পাত্রে মুখ খুলিয়া ব্যঞ্জে লবণ
এবং তৈলে ভাজা পিষাড, চিনি ও জীরামরিচ বাটা ঢালিয়া
দিয়া একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া আবার পাক-
পাত্রে মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

এইরূপ অবস্থায় অল্পক্ষণ জাল পাইলে কোল গাঢ় হইয়া
আসিবে। লবণদানে অধিক কোল রাখা উচিত নহে। অল্প
মাখা মাখা কোল হইলেই ভাল হয়। সুতরাং যখন দেখা
যাইবে যে কোল গাঢ় হইয়া আসিয়াছে, ব্যঞ্জনের এক
প্রকার উত্তম বর্ণ হইয়াছে এবং ঢাকনি খুলিলে এক প্রকার
সুগন্ধ বাহির হইতেছে, তখন তাহাতে আর জাল না দিয়া
অবশিষ্ট গরম মসলা বিচ-শূন্যভাবে মাটিয়া অবশিষ্ট ঘূতে
গুলিয়া ঢালিয়া দিতে হইবে। এই সময় অবশিষ্ট পিষাড
ভাজা ও উহাতে ঢালিয়া দিয়া একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া

চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। গরম মসলা দেওয়ার পর বাঞ্ছনমাত্রেই যে, আত্মের উপর রাখা উচিত নহে, তাহা যেন প্রত্যেক পাচক ও পাচিকার মনে থাকে। অনন্তর পাক-পাত্রটি নামাইয়া দশ পোনের মিনিট ঢাকার অবস্থায় রাখিতে হইবে। পরে পরিবেশন-কালে আর একবার উহা নাড়িয়া চাড়িয়া পরিবেশন কর, দেখিবে ভোক্তাদিগের রসনা বাস্তবিক লোলুপ হয় কি না।

লবণদানে অত্যন্ত অল্পরসবিশিষ্ট আত্ম হইলে ভাল হয় না। এজন্য আত্মের অল্প অল্পসরে উহার পরিমাণ একটু কম বেশী করিলে ভাল হয়; কারণ সকল গাছের আত্ম এক-রূপ টক নহে। আত্মের কম বেশী করিতে হইলে লে, লবণ ও চিনিরও পরিমাণ কিছু পরিবর্তন করিতে হয়, তাহা যেন মনে থাকে।

কোণ্ডা মাহী ।

মৎস্ত দ্বারা এই কোণ্ডা প্রস্তুত হয় বলিয়া ইহাকে মাহী কোণ্ডা কহিয়া থাকে। মৎস্য দ্বারা নানা প্রকার নিয়মে কোণ্ডা পাক হইয়া থাকে। ভাষ্যে একটি প্রকরণ এই প্রস্তাবে লিখিত হইতেছে। অত্র প্রকার প্রস্তুতের নিয়ম প্রস্তাবান্তরে লিখিত হইবে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মৎস্ত ৩ এক সের,

দ্রুত সাত ছটাক, মুগের দাইল বাটা (কাঁচা) চারি তোলা, ছোম্বার ছাত্তু চারি তোলা, পোস্তবীজ চারি তোলা, দধি এক পোয়া, ছোট এলাচ চূর্ণ চারি আনা, দারুচিনি চূর্ণ তিন আনা, লবঙ্গ দুই আনা, লঙ্কা বাটা আধ তোলা, মরিচ চূর্ণ এক সিকি, ধনে বাটা দুই তোলা, আদা বাটা এক তোলা, আদার রস এক তোলা, মোরীভাজা চূর্ণ এক তোলা, কালজীরা আধ তোলা, লবণ তিন তোলা, ডিম তিন তোলা, পিয়ারাজ আধ পোয়া, রসুন এক কোয়া, জল আধ সের।

মৎস্য কাঁবাবের পক্ষে পাকা রকমের রোহিত ও কাতলা প্রভৃতি মৎস্য হুইলেই ভাল হয়। প্রথমে মৎস্য কুটিয়া খুইয়া লইতে হইবে। পরে তাহাতে এক তোলা লবণ ও আদার রস মাখাইয়া আধ পোয়া ঘূতে অর্দ্ধেক লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া ভাজিয়া রাখিতে হইবে। এখন এই মৎস্যে সমুদায় আদা বাটা, ধনে বাটা, মরিচ বাটা, লঙ্কা বাটা, অর্দ্ধেক কালজীরা, পিয়ারাজ বাটা, রসুন বাটা এবং দুই তোলা লবণ জলে গুলিয়া চালিয়া দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে।

অল্পকণ উহা জালে থাকিলে সমুদায় জল মরিয়া মৎস্য বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। বধ দোষ যাইবে নাচ যেমন সুসিদ্ধ হইরাছে, সেই সঙ্গে রসও মরিয়া আসিয়াছে, তখন এক ছটাক দ্রুত আগ্নে চড়াইয়া পাকাইয়া লইতে

হইবে এবং লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া ঐ মংস্য তাহাতে চালিয়া দিয়া একবার ধীরে ধীরে নাড়িয়া দিতে হইবে। এই সময় সমুদায় গরম মসলা চূর্ণ উহাতে দিয়া নাড়িয়া নাড়িয়া নামাইতে হইবে।

মংস্যগুলি শীতল হইলে তাহার কীট বংশ করিয়া বাছিয়া ফেলিতে হইবে। কঁটা বাছা হইলে ঐ মংস্যে দধি, ছাতু, দাইল বাটা, পোস্তবীজ, মৌরী চূর্ণ, এবং ডিমের খেতাংশ মিশাইয়া উত্তমরূপে দলিতে হইবে। উহা একরূপ নিয়মে দলিতে হইবে, তাহা যেন কাদার জ্বার হইয়া আসে। কেহ কেহ আবার এই সময় বাদাম ও পেস্তা বাটাও উহার সহিত মিশাইয়া থাকেন। আমলা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, তদ্বারা আত্মদন অপেক্ষাকৃত স্বমধুর হইয়া থাকে। সে বাহা হউক এখন ঐ দলিত মংস্যের এক একটা ডিম্বাকৃতি পিণ্ড প্রস্তুত করিয়া রাখ।

অনন্তর সমুদায় স্নাত একটি পাত-পাত্রে চালিয়া দিয়া তাহাতে উক্ত ডিম্বাকৃতি মংস্যগুলি সাজাইয়া রাখ এবং আর একটি পাত্র দ্বারা পাক-পাত্রটি উত্তমরূপে ঢাকিয়া তাহার নীচে ও উপরে তণ্ডু অঙ্গার স্থাপন করিয়া রাখ; দেখিবে যে, সেই আঁচে কোণ্ডা ভাজা হইয়াছে। ভাজা হইলে অর্থাৎ প্রথম কোটার বড় বড় শব্দ পরে ঐ শব্দ চূড়্ চূড়্ করিতে থাকিলে তাহা নামাইয়া লইতে হইবে। যদি কড়াতে উহা ভাজিতে হয়, তাহা হইলে ঘূতে মৌরী ভাজা

ইড়াইয়া দিয়া তাহাতে ঐ ভিষাকৃতি পদার্থগুলি ভাজিয়া লইলেই চলিতে পারিবে ।

মাছীকাবার গরম গরম আহারে বেশ সুখাদ্য । অন-
ধতিপন্ন লোকেরা ঘূতের অভাবে তৈল দ্বারা উহা ভাজিয়া
লইতে পারেন, কিন্তু তাহা তত সুখাদ্য হইবে না ।

বাহারা পিঁয়াজ ও রসুন আহারে ঘৃণা প্রকাশ করিয়া
থাকেন, তাহারা উহার পরিবর্তে আদার পরিমাণ কিছু
বেশী করিয়া দিবেন ।

মৎস্যের নুরজাহানী কাবাব ।

নুরজাহানী কাবাব অত্যন্ত মুখ-রোচক ; কিন্তু ক্ষুদ্র জাতীয়
মৎস্য দ্বারা উহা প্রস্তুত করিলে তত সুখাদ্য হয় না । এজন্য
রোহিত ও কাতলা প্রভৃতি বড় মৎস্য দ্বারা পাক করাষ্ট প্রশস্ত ।
এস্থলে আর একটি কথা মনে করিয়া রাখা উচিত । যে
সকল মৎস্বে অত্যন্ত ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কাঁটা তদ্বারা উহা প্রস্তুত না
করাই ভাল । কারণ আহারের সময় অত্যন্ত অসুবিধা হইয়া
থাকে । যে নিয়মে এই নুরজাহানী কাবাব পাক করিতে হয়,
এক্ষণে তাহা উল্লেখ করা যাইতেছে ।

উপকরণ ও পরিমাণ — মৎস্য (অথবা) এক দেয়,
ডিম দুইটা, ছোলার ছাতু আধ পোয়া, দধি আধ পোয়া, বেঙ্গল
এক পোয়া, মোরী বাটা দেড় তোলা, দারুচিনি বাটা এক

তোলা, এলাচ বাটা আধ তোলা, লবঙ্গ বাটা আধ তোলা, মরিচ বাটা দুই তোলা, ধনে বাটা দেড় তোলা, পিয়াজ বাটা আধ পোয়া, আদা বাটা তিন তোলা, জাফরাণ (পেষিত) আধ তোলা, ঘৃত এক পোয়া, লবণ তিন তোলা ।

প্রথমে অৰ্ধমংস্ত্রের অঁইস ছাড়াইয়া ও কাঁটা বাহির করিয়া শীতল জলে এক ছটাক বেসম গুলিয়া উত্তমরূপে ধৌত করকঃ পুনরায় পরিষ্কার জলে ধৌত করিয়া এক আঙুল পুরু মাটির লেপ দাও । পরে ঐ মৃত্তিকা লেপিত মংস্ত্র উত্তপ্ত বালুকা * মধ্যে স্থাপন কর । যখন দেখা যাইবে, বালুকা লাল হইয়া উঠিয়াছে, তখন বালুকার মধ্যে হইতে মংস্ত্র বাহির করিয়া উত্তমরূপে মাটি ছাড়াইতে হইবে । এখন এই পরিষ্কৃত মংস্ত্রের ব্যবতীয় কাঁটা বাছিয়া ফেল ।

এদিকে একটা পাত্রে ডিমগুলি ভাঙ্গিয়া তন্মূখ্যস্ত তরল পদার্থে ব্যবতীয় (জাফরাণ ব্যতীত) বাটা, মর্সলা ও লবণ ইত্যাদি এক সঙ্গে মিশাইয়া দলিতে থাকে ; বাটা মংস্ত্রও যে এই সঙ্গে মিশাইতে হয়, তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারিয়াছেন । উপরি উক্ত সমুদায় দ্রব্য এক সঙ্গে মিশাইলে তাহা এক প্রকার শক্ত শক্ত গোছেঃ কাদার স্থায় হইয়া উঠিবে ।

* একটা কটাহে বালুকা অর্ধপূর্ণ করিয়া ওতপরি মংস্ত্র স্থাপন পূর্বক পুনরায় বালুকা দ্বারা আচ্ছাদন করিয়া দিতে হইবে । এফণে ঐ বালুকাপূর্ণ কটাহ জ্বালে চড়াইয়া দিতে হইবে ।

অনন্তর ঐ কর্দমবৎ পদার্থ লইয়া চতুর্দোণাকৃতি এক এক খণ্ড নির্মাণ করিয়া রাখ। এখন একটা হাঁড়ি বা পাক-পাত্রে জল দিয়া জ্বাল চড়াও এবং জলের উপর খড় বিছাইয়া তাহাতে নির্মিত পদার্থগুলি আস্তে আস্তে স্থাপন কর। অল্প-ক্ষণ জ্বাল পাইলেই কঠিন আকার ধারণ করিবে, তখন উহা জ্বাল হইতে নামাইয়া লইবে।

অনন্তর একখানি পাক-পাত্রে সমুদায় ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া পাকাইয়া লও। পরে ঐ গুলি বাদামী ধরণে ভাজিয়া তাহাতে পেবা জাকরণ ছড়াইয়া দিয়া নামাইয়া অর্ধ ঘণ্টাকাল ঢাকিয়া রাখিলেই মৎস্তের হুরজাহানী কাবাব পাক হইল।

ডিমের কট্লেট্

মৎস্ত ও নাংসের তায় ডিমেরও অতি উপাদেয় কট্লেট্ প্রস্তুত হইয়া থাকে। ইংরাজদিগের মত্যা এই খাদ্যের অত্যন্ত আদর দেখিতে পাওয়া যায়। ডিমের কট্লেট্ পাকের নিয়ম অতি সহজ এবং বহুব্যয়সাধ্য নহে; উহার পাকের নিয়ম পাঠ কর।

প্রথমে ডিমগুলি বেশী জলে ধুইয়া সিন্ধ করিয়া লও। স্নসিন্ধ হইলে তাহাদের খেঁচলা ছাড়াইয়া ভিতরের কঠিন পদার্থ বাহির কর। এখন এই ডিম বড় বড় খণ্ডে বিভক্ত করিয়া রাখ।

এদিকে কঠিত ডিম্বের পরিমাণানুসারে আর কতকগুলি ডিম্বের কুসুম্যাংশ বাহির করিয়া লও। এখন কুসুমে বিকুটের গুঁড়া কিম্বা ময়দা অথবা বেসন, মরিচের গুঁড়া, পিয়ার্জ ও আদার রস, গরম মসলার গুঁড়া এবং লবণ মিশাইয়া ফেণাইতে থাক। উত্তমরূপে ফেণান হইলে তাহাতে পূর্বরকিত কঠিত ডিম্ব ডুবাইয়া দ্বুতে ভাজিতে থাক এবং বাদামী রঙ হইলে নামাইয়া লও। লিখিত নিয়মে ভাজিত ডিম্বখণ্ডকে ডিম্বের কট্লেট্ কহে। গরম গরম উহা খাইতে অতি সুখাদ্য। হংস এবং মূষগী উভয় প্রকার ডিম্ব দ্বারা এই কট্লেট্ প্রস্তুত হইতে পারে। অতএব ভোক্তাগণের রুচি অনুসারে যে কোন ডিম্বের দ্বারা উহা পাক করা যাইতে পারে। আহারের অধিকক্ষণ পূর্বে উহা প্রস্তুত হইলে খাইবার সময়ে পুনর্বার গরম করিয়া লওয়া আবশ্যক। কারণ কট্লেট্ শীতল হইলে তত সুখাদ্য হয় না।

এই খাদ্য দ্রব্য যে অভ্যাস পুষ্টি কর্ত্তাহা বলা বাহুল্য।

মাদ্রাজী কাবাব।

মাদ্রাজী কাবাব উত্তম সুখাদ্য; উহার পাকের নিয়ম পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ—মাংস এক মৈর, দ্বুত এক পোয়া, জল দেড় পোয়া, দারুচিনি চূর্ণ চারি আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ চারি আনা, লবঙ্গ চূর্ণ চারি আনা, মরিচ চূর্ণ চারি

আনা, পিয়াজের রস এক পোয়া, আদার রস দেড় তোলা, দধি আধ পোয়া, ডিম দুইটা, লবণ আড়াই তোলা ।

মাদ্রাজী কাবাবে কোমল চাকা চাকা মাংসখণ্ড ব্যবহার হইয়া থাকে । প্রথমে মাংসখণ্ডগুলিকে আদার রস, পিয়াজের রস ও দধি মাখাইয়া রাখিবে । পরে এক ছটাক স্নত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে সরস মাংসখণ্ডগুলি ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া রাখিবে । রস শুক হইয়া আসিলে তাহাতে লবণ ও দেড় পোয়া জল দিয়া সিদ্ধ করিবে । সিদ্ধ হইলে কিঞ্চিৎ কোল থাকিতে থাকিতে নানাইয়া কোল ও মাংস পৃথক পৃথক পাত্রে রাখিবে ।

এখন ঐ কোলে উপযুক্ত পরিমাণ সরদা মিশাইয়া মধুর মত গাঢ় করিয়া লইবে । অনন্তর তাহাতে গন্ধ দ্রব্য চূর্ণ, মরিচ চূর্ণ এবং ডিমের মধ্যস্থ তরল পদার্থ মিশাইয়া খুব ফেনাইতে থাকিবে ।

এদিকে একখানি খোক-পাত্রে অবশিষ্ট সমুদায় স্নত জ্বালে চড়াইয়া পাকাইয়া লইবে এবং পূর্বে প্রস্তুত গাঢ় কোলে একখানি মাংস ডুবাইয়া ঐ স্নতে বাদামী ধরণে ভাজিয়া লইবে । এখন গরম গরম উহা আহাৰ করিয়া দেখ বাস্তবিক মাদ্রাজী কাবাব রসনার লোভ-জনক কি না ।

মাদ্রাজী কাবাব মধুরাশ্ববিশিষ্ট করিতে হইলে পানক প্রস্তুত করিয়া ভজিত মাংস তাহাতে স্থাপন করিবে এবং তাপে শুষ্ক হইলে নুমাইবে ।

যাহারা পিয়াজ ভক্ষণ নিষিদ্ধ বিবেচনা করেন, তাহারা উহা ত্যাগ করিয়া পাক করিবেন। আর ঘূতের অভাবে তৈলেও ভাজিতে পারা যায়, কিন্তু তাহা এত সুখাদ্য হয় না।

কাবাব শানি।

মাংসের অস্ত্রান্ত্র কাবাব অপেক্ষা এই কাবাব আশ্বাদনে কোন অংশে ন্যূন নহে। শানি কাবাব ভোক্তাদিগের নিকট যে, আদরের দ্রব্য তাহা বলা বাহুল্য। ননিয় লিখিত নিয়মে উহার উপকরণ ও পরিমাণ লইয়া পাক করিতে হয়।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, ঘূত এক পোয়া, দাকচিনি চূর্ণ চারি আনা, লবঙ্গ চূর্ণ চারি আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ চারি আনা, মরিচ চূর্ণ আট আনা, পিয়াজ খণ্ড এক পোয়া, আদার রস দেড় তোলা, ধনে বাটা দেড় তোলা, দধি এক পোয়া, লবণ সোয়া দুই তোলা।

শানি কাবাবে হাড়ের সহিত মাংস বাছিয়া লইতে হয়। এখন মাংস সুস্থ স্বাস্থ্যভাবে থুরিয়া লবণ ও আদার রস মাখাইয়া দুই দণ্ড ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। পরে ঘূতে পিয়াজ ভাজিয়া পাত্রান্তরে ঢাকিয়া রাখিয়া উক্ত ঘূতে মাংস ও দধি ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে। অনন্তর তাহাতে ধনে বাটা উপযুক্ত পরিমাণ জলে গুলিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া ঢালিয়া দিয়া সিদ্ধ করিতে হইবে। সিদ্ধ হইলে গন্ধদ্রব্য চূর্ণ মাংসে

বাধিয়া উহা শিকে গাঁথিয়া তাহার চারিধার বাঁশের চেঁচাড়ির
বেষ্টনে সূত্র দ্বারা বাধিয়া তপ্ত অঙ্গারের উপর ঘুরাইতে থাকিবে,
এবং মাংসের যে ঝোল অবশিষ্ট থাকিবে, তাহা মধ্যে মধ্যে
মাংসে দিতে থাকিবে। এই নিয়মে আগুনের আঁচে সুপক হইলে
অবশিষ্ট স্নাত খাওয়াইরা নামাইয়া লইয়া পূর্বভুক্ত পিয়াজ-
খণ্ডের সহিত মিশাইয়া কিয়ৎক্ষণ ঢাকিয়া রাখার পর পিয়াজ-
গুলির সহিত গরম থাকিতে থাকিতে আহার করিলে ভোক্তার-
রসনার তৃপ্তি সাধন করে। লিখিত নিয়মে পাক করিলে
মাংসের শানি কাশাব পূক হইল।

কাবাব গুলজার।

মুসলমান বাদিসাহদিগের প্রায় শেষাবস্থায় এই গুলজার
কাবাব প্রথম প্রকাশিত হয় বলিয়া হিন্দুস্থানী রন্ধনশাস্ত্রে
উল্লিখিত আছে। এই কাবাব আহারে পরম সুখ-দায়ক।
এজন্য মুসলমানদিগের অার সকল সমাজে উহার আদর হওয়া
আবশ্যক।

উপকরণ ও পরিমাণ।—ডিম পাঁচ ছয়টা, মাংস
এক মের, স্বত দেড় পোয়া, মরিচ বাটা এক তোলা, আদার
রস দুই তোলা, ধনে বাটা দুই তোলা, লবণ দুই তোলা, সুধি
এক পোয়া, গন্ধ মসল চূর্ণ আট আনা, জাফ্রাণ চারি আনা,
পিয়াজের রস এক ছটাক, জল এক পোয়া।

এই কাবাবের পক্ষে হাড় শূন্য কোমল মাংসই প্রশস্ত।

প্রথমে মাংসখণ্ডগুলিতে আদার রস, পিয়াজের রস ও দধি মাখিয়া এক ঘণ্টা ঢাকিয়া রাখ। এদিকে তিন ছটাকু ঘৃত পাকিয়া আসিলে তাহাতে মাংস ঢালিয়া দিয়া উত্তমরূপে নাড়িয়া ঢাকিয়া রাখ (মধ্যে মধ্যে নাড়িয়া চাড়িয়া দেওয়া ও ঢাকিয়া রাখা আবশ্যক)। এইরূপে রস শুক হইয়া আসিলে উহাতে ধনে বাটা, গোলমরিচ বাটা ও লবণ জলে গুলিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া দিয়া শুক প্রণেহের মত করিয়া নামাইয়া ঢাকিয়া রাখ।

এখন ডিমগুলি জলে সিদ্ধ করিয়া তাহার খোলা চাড়াইয়া স্বেত ভাগের উপরিভাগ কিঞ্চিৎ ছুলিয়া ঢাকা ঢাকা করিয়া কাট।

অনন্তর লোহার সরু শিকে প্রথমে এক খণ্ড মাংস ও পরে এক ঢাকা ডিম গাঁথ। আবার ঐরূপ কর। এই নিয়মে সমুদায় মাংস ও ডিম গাঁথা হইলে মাংস ও ডিম * খণ্ডগুলিতে অবশিষ্ট গন্ধ মসলা ও সমুদায় জাকরণ ঝুটা দেড় ছটাক গরম ঘূতের সহিত মিশ্রিত করিয়া তাহার অর্দ্ধেক মাখাইয়া শিকটা তপ্ত অঙ্গারের উপর স্থাপন করিয়া পুনঃ পুনঃ ঘূরাইতে থাক এবং ডিম ও মাংসের উপর মধ্যে মধ্যে কিঞ্চিৎ ঘৃত ও জলের ছিটা দিতে থাক। বাদামী রঙ হইলে তাহা নামাইয়া পূর্ব

কেহ কেহ রঙ করিবার জগ্গ ডিমে আগতর রঙ মাখাইয়া থাকেন।

মুসলামিশ্রিত ঘৃত মাখাইয়া কিয়ৎক্ষণ ঢাকিয়া রাখিয়া গরম গরম আহার করিয়া দেখ, যে গুলজার কাবাব দর্শকদিগের নিকটেও স্বীয় গুলজার নাম প্রকাশ করিয়াছে কি না ? উহা শীতল হইলে আশ্বাদনের বিস্তর ভারতমা হইয়া থাকে ।

মুসলমানি গ্রন্থে লিখিত আছে যে, জাহাঙ্গীর কালে বাদশাহ-দিগের মজলিসে পরিবেশন সময়ে ইহাতে ছই এক বিন্দু গোলাপী আতর ও যৎসামান্য পরিমাণ মৃগনাভি মাখাইয়া ব্যবহৃত হইত ।

মাচের কাবাব ।

মাচের কচুরীর স্থায় এই কাবাব পাক তত কঠিন নহে । উহার প্রস্তুত নিয়ম একবার পাঠ করিলেই প্রত্যেক ব্যক্তি মাচের কাবাব রন্ধন করিতে সমর্থ হইবেন ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মৎস্ত এক সের, ঘৃত এক পোয়া, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ আড়া আনা, লবণ ছই তোলা, মরিচ বাটা চারি আনা, ধনে এক তোলা, আদা ছই তোলা, জাফরান এক আনা, ডিম একটা, বেঙ্গল এক পোয়া, দধি ছই ছটাক, ভাজা মৌরীর গুড়া এক তোলা, পিয়াজ বাটা ছই তোলা ।

মাচ সিদ্ধ করিয়া তাহার কাটা বাছিয়া ফেল । পরে তাহাতে বেঙ্গল, ডিমের কুহ্মমাংশ, মৌরী, ধনে, মরিচ, পিয়াজ, আদা বাটা ও সমুদায় গন্ধদ্রব্য চূর্ণ এবং লবণ মিশাইয়া দাঙ্গিয়া বাসা প্রস্তুত কর । এখন এই বাসা দ্বারা ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র চতুর্কোণ-

কৃতি প্রস্তুত কর। পরে তাহা জল-বজ্রে পাক করিয়া কঠিন করিয়া লও। পাকে বেশ শক্ত হইলে নামাইয়া রাখ।

অনন্তর ঘূতে উহা বাদামী ধরণে ভাজিয়া লইয়া জাফরাণ কিঞ্চিৎ ঘূতে মিশ্রিত করিয়া মাখাইলেই মাচের কাবাব প্রস্তুত হইল।

এই কাবাব মধুরান্ন করিতে হইলে আধ সের পানক জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে ঐ ভাজিত কাবাবগুলি পাক করিয়া শেষে জাফরাণ দিয়া নামাইয়া লইবে। নামাইবার সময় যেন গা-মাখা গোচের রস থাকে।

মাংসের কচুরি।

মাংসের এবং মাংসের পুরী ও কচুরি প্রায় একই প্রকার। মাংসের কচুরি উত্তম সুখাদ্য। উহার পাকের নিয়ম লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস, এক সের, ময়দা এক সের, ঘৃত এক সের, দারুচিনি ছই আনা, জ্বালাচ চূর্ণ ছই আনা, লবঙ্গ ছই আনা, মরিচ আট আনা, আদা বাটা ছই তোলা, ধনে বাটা ছই তোলা, ছোলার দাইল ছই ছটাক, লবণ পাঁচ তোলা।

তাল রকম টাটকা ময়দায় আয় পোয়া ঘৃত . ময়দা দিয়া মর্দন কর। উত্তমরূপে ঘৃত মিশ্রিত হইলে জল দিয়া দলিতে থাক।

এদিকে দাইলগুলি ঘূতে অন্ন ভাজিয়া শুঁড়া করিয়া থোরা মাংসের সহিত সমুদায় মসলা দিয়া শুক প্রলেহু পাক কর।
উহা সুপক হইলে নামাইয়া লও ।

এখন অবশিষ্ট সমুদায় ঘূত আলে চড়াও এবং পাকিয়া আনিলে ময়দার এক একটা লেচি পাকেইয়া তাহার মধ্যে মাংসের পূর দিয়া কচুরির আকারে গঠন কর। গঠিত কাঁচা কচুরি গুলি লাল ছে ধরণে উকু ঘূতে ভাজিয়া তুলিয়া লও ।

কাবাব টীকা ।

উপকরণ ও পরিমাণ ।—মাংস এক সের, ঘূত আধ পোয়া, দারুচিনি চূর্ণ ছই আনা, এলাচ চূর্ণ ছই আনা, লবঙ্গ চূর্ণ ছই আনা, মরিচ চূর্ণ চারি আনা, পিয়াজ বাটা এক পোয়া, আদার রস দেড় তোলা, ধনে বাটা দেড় তোলা, দধি এক পোয়া, লবণ দেড় তোলা ।

পশুর যে সকল অঙ্গের মাংস কোমল, সেই সকল অঙ্গ হইতে বড় বড় চাকা চাকা মাংস কাটিয়া লইবে এবং প্রত্যেক চাকার এক পীঠে অস্ত্রের দ্বারা খেঁৎলিয়া লইবে। পরে তাহাতে লবণ, আদার রস, পিয়াজ বাটা, ধনে বাটা, মরিচ চূর্ণ, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ মাখেইয়া কিঞ্চিৎ ঘূতে সাতলাইয়া লইবে। অনন্তর ঐ মাংসখণ্ড শিকে গাঁথিয়া আগুনের উপর ঘূরাইতে থাকিবে এবং মধ্যে মধ্যে ঘূত মিশ্রিত দধি উহাতে খাওয়াইবে। বেশ সুসিদ্ধ হইলে নামাইবে।

পক্ষী কাবাব।

নানা প্রকার নিয়মে পক্ষীর কাবাব পাক হইয়া থাকে। যে নিয়মে এই কাবাব পাক করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে। প্রথমে পাখিটির পালক ছাড়াইয়া গোট গিরিবে এবং নাড়ি প্রভৃতি অব্যবহার্য অংশ ফেলিয়া দিবে। পরে গরম জলে উত্তমরূপ ধুইয়া লুইবে।

এখন এই ধোঁত পাখিটির সর্বাঙ্গ ছুরী দ্বারা চিরিয়া চিরিয়া দিবে। ইহা দ্বারা যে সহজে মাংসে মসলা ও ঔষধ প্রবেশ করিয়া উহা সুস্বাদু করিয়া তুলিবে তাহা বোধ হয় পাচক-মাত্রেই বুঝিতে পারিষাছেন। এই সময় উহাতে দধি, দধির সর, আদা বাটা, ধনে বাটা, লবঙ্গ বাটা, ছোট এলাচ বাটা, গোদ মরিচ বাটা, লবণ প্রভৃতি আবশ্যকমত উত্তমরূপে মাখিয়া দিতে হইবে। পরে তাহা ঘূতে বাদামী ধরণে ভাজিয়া লইতে হইবে। এস্থলে ইহাও জানা আবশ্যক যত্নে না ভাজিয়া পাখিটা শিকে গাঁথিয়া জীলন্ত অঙ্গারের উপর ঘরাইয়া খুরাইয়া পাক করিলেও চলিতে পারে। পাকের সময় দধি মিশ্রিত ঘৃত ক্রমে ক্রমে মাংসে থাওয়াইতে হয় তাহা যেন মনে থাকে। আর একটা কথা মনে রাখা আবশ্যক; ভোজাগণ কচি অহ-সারে বাটা মসলার সঙ্গে পিষাঙ্গ বাটাও ব্যবহার করিতে পারেন। পিষাঙ্গ দিলে যে আশ্বাদন অপেক্ষাকৃত উপায়ে হয় তাহা বলা বাহুল্য।

মুদ্রা।—২২ ভাগ। মূল্য ১ এক টাকা; ডাক মাস ১/০
 এক আনা। যদি কেহ বংশ বক্ষা, মুক্তবৎসা ও ইত্যাদি,
 বক্ষা, কাক-বক্ষা, বাধক নিবারণ, ভূমিষ্ট মুক্ত-কল সন্তা-
 নের জীবন-রক্ষা : শিশুর রোদন ও রোগ, নিকপণ :
 শিশু চিহ্নসমূহ জানিতে বাসনা কর, তবে নূতন পরি-
 কার ভাষ্য এই পুস্তক গুলে রাখ। নভেল নাটকের ন্যায়
 আমোদের দ্বিতীয়া লোকেরা পর্যন্ত ইহা পড়িয়া বৃত্তি
 চলিতে পারিবেন।

যাত-মুদ্রা ও আকস্মিক বিপদ নিবারণ।—মূল্য ১০ আ
 আনা; ডাক মাস ১/০ এক আনা। ইহাতে অগ্নি ডোবা,
 আগুনে পোড়া, উচ্চ হইতে পতন, হাড় ভাঙ্গা, সুরা ও কাটা
 রক্তস্রাব, ক্রমবমন, সর্পদংশন, ক্ষিপ্ত শৃগাল কুকুরাদি
 দংশন, হিংস্রক জন্তুর আক্রমণ এবং বজ্রবাতাদি বিপদ
 নিবারণের সহজ উপায় সমিবেশিত আছে। বাঙ্গালী
 ভাষায় এক্ষণ প্রায়জনীয় পুস্তক এই নূতন। ডাকের
 কবিরাজের দ্বারা সাহায্যে দ্বিতীয়া লোকেরা পর্যন্ত উপায়
 অবলম্বন করিতে পারিবেন।

মহার প্রেমিক।—মূল্য ১০ আনা, ডাক মাস ১/০ এক আনা।
 বিলাতী প্রেমের অন্তত বাপার। পড়িতে কাবুল
 করিলে গল্প শ্রেষ্ঠ করিয়া কষ্ট স্বাক্ষর না।

কুসুম।—মাহারাজা, মাহারাজা এবং পরীক্ষণের
 হইতে কেছ। মূল্য ১০ বার আনা। ডাক মাস ১/০
 এক আনা।

বিভিৎক। মূল্য ১/০ এক আনা, ডাক মাস ১/০ এক আনা।
 বিনা উপদেশে বালক বালিকাগণ অতি সহজে ইংরাজী
 বর্ণ জ্ঞান ও বানান শিখিতে পারিবেন।

বি. বানর্জি এণ্ড কোং

২৫ নং কর্ণওয়ালিস স্ট্রীট, — কলিকাতা।